



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

“La Construcción Emocional de Lupus”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
Sarai Sánchez Beltrán

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

Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2016.





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

Primero quiero agradecer a la vida por darme la oportunidad de haber concluido un trabajo que duro muchos años, toda una vida estudiando para llegar a concluir con éste trabajo, agradezco a mi cuerpo por permitirme hacer esta investigación, a mis pulmones por mantenerme respirando y a mi corazón por seguir latiendo, a mi hígado por darme el coraje de continuar, riñones en ustedes esta la fuente de la vida y mi voluntad muchas gracias, estomago eres mi conexión con la madre tierra, bazo páncreas la ordenación y culminación de mis proyectos, gracias a la vida que hay dentro de mi por dejarme ver lo maravilloso que es el poder presenciar un atardecer y hacerme saber que todo ha valido la pena.

Quiero agradecer a mi padre Roberto Sánchez Mejía y a mi mamá Norma Beltrán Basurto por haberme apoyado en cada paso de mi vida, me enseñaron a caminar y a que nadie puede destruir mis sueños, siempre motivándome a continuar y avanzar en todo momento por más difícil que pueda parecer, gracias por permitirme terminar una licenciatura, por que se del esfuerzo que hicieron para que yo pudiera estudiar, sé que el trabajo realizado dará muchos resultados, mami y papi gracias por el regalo de la vida este complejo y valioso hecho hace que hoy todo sea posible, gracias por estar ahí conmigo en las buenas y en las malas, apoyándome en todos los aspectos, gracias por las desveladas a mi lado terminando proyectos y trabajos escolares, no hay manera de agradecerles toda una vida de lucha y esfuerzo, tanto que me han dado y ha sido todo un regalo, si tuviera la oportunidad de elegirlos nuevamente como mis padres sin dudarlo lo haría, por que sé que con ustedes se puede crecer, gracias con una reverencia son los mejores padres que pude tener, los amo.

Abuelita Petra Basurto Rosillo mil gracias por ser una segunda mamá para mí, ésta tesis también te la quiero dedicar a ti por que me has ayudado demasiado cada que lo he necesitado, me enseñaste a caminar y mírame ahora aquí dando estos grandes pasos, sé que eres la persona con la que siempre puedo contar, en cada parte del camino me has motivado a continuar siempre fuerte y orgullosa de ser mujer, dándome consejos y diciéndome sí se puede, todo se puede.

Quiero agradecer al Dr. Sergio López Ramos, por el apoyo, por la paciencia, por ser mi maestro y no solo en la Facultad si no también mi maestro de vida, siento como si hubiera tenido que vivir lo que parecen ser muchas vidas para poder encontrarlo a usted y no cabe duda que todo llega cuando debe de llegar, gracias por creer en mí y por darme la oportunidad de realizar este trabajo con su asesoría por que para hacer un trabajo grande hay que permitirnos la exigencia de los grandes, maestro muchas gracias por enseñarme que si mi forma de vivir no funciona existen muchas maneras mas de hacerlo, teniendo un cuerpo dónde es el único espacio que tengo para construir y dónde todo sucede, master con una gran reverencia.

Maestra Irma Herrera Obregón, maestro Gerardo Abel Chaparro Aguilera, maestra Arcelia Lourdes Solís Flores, mil gracias por que ustedes han estado ahí cada que los he necesitado, gracias por el tiempo y la paciencia, por escucharme y animarme a trabajar cada día un poco más, haciéndome ver que con el trabajo diario todo lo que este en mi proyecto de vida se puede realizar, un paso a la vez.

Gracias a la Universidad Nacional Autónoma de México, por aceptarme y permitirme ser parte de ésta máxima casa de estudios, por el orgullo de poder decir soy puma y ser reconocida en cualquier lugar del mundo teniendo el prestigio de esta respetable y admirable casa, mi segundo hogar, gracias por abrirme las puertas y darme la oportunidad. Mi trabajo y compromiso es poner siempre el nombre de la UNAM en alto.

Y por último agradecer a mis entrevistadas, son unas guerreras, me enseñaron demasiado, a creer en la grandeza y fortaleza de ser mujer, gracias por abrirme su corazón, por permitirme conocer sus vidas y hasta los momentos más difíciles que tuvieron que pasar. Sé que ustedes son un ejemplo de lucha constante, que si te caes hay que levantarse, de esa forma fiera de proteger la vida, gracias por enseñarme tanto y dejarme entrar, gracias a ustedes este trabajo hoy es posible.

GRACIAS.

A mis bebés que se que se encuentran en el cielo,
éste trabajo se los dedico a ustedes,
los amo mis pequeños y se que los llevo y los guardo en mi corazón
y algún día nos volveremos a encontrar
hasta entonces...

A mis padres, por haberme permitido conocer este planeta Tierra
Y darme lo que jamás nadie podrá darme...
La vida.

A mi abuela Petra por ser una mujer que admiro y respeto
por ser una guerrera de pies descalzos, una mujer fuerte que siempre lucha
enseñándome que debo de tener mis raíces bien puestas en la tierra
pero sin perder mis alas para levantar el vuelo
siempre fuerte hasta el último suspiro.

ÍNDICE

| | |
|---------------------------|---|
| Introducción | 1 |
|---------------------------|---|

Capítulo I

| | |
|---|----|
| ¿El lupus es? La marca de la mariposa, una mirada desde la alopátia occidental..... | 4 |
| A) Etimología | |
| B) Origen etiología | |
| 1.1 Genética..... | 5 |
| 1.2 Factores Ambientales | 5 |
| 1.3 Factores hormonales..... | 6 |
| 1.4 Tipos..... | 7 |
| 1.5 Diagnóstico..... | 7 |
| 1.6 Pruebas diagnósticas..... | 9 |
| 1.7 Tratamiento | 11 |
| 1.7.1 Medidas no farmacológicas..... | 12 |
| 1.7.2 Tratamiento farmacológico | 13 |
| 1.8 Órganos afectados | 22 |
| 1.9 Investigaciones más recientes..... | 24 |
| 1.10 Resultados | 26 |

Capítulo II

| | |
|--|----|
| Una mirada oriental..... | 29 |
| 2.1 Origen (mamá, papá, Tierra y cuerpo)..... | 36 |
| 2.2 La teoría de los cinco elementos..... | 41 |
| 2.3 Proceso órgano–emoción..... | 46 |
| 2.4 La ruta de viaje de la emoción y su instalación en el cuerpo | 47 |
| 2.5 El deseo y los apegos..... | 51 |
| 2.6 Lo transgeneracional..... | 53 |

| | |
|--------------------------|----|
| Metodología | 63 |
|--------------------------|----|

Capítulo III

| | |
|--|----|
| “La construcción emocional de Lupus”..... | 65 |
| 3.1 Análisis de las historias de vida..... | 65 |
| 3.1.1 Categoría 1: Emoción predominante..... | 67 |
| 3.1.2 Categoría 2: Sabor predominante..... | 68 |
| 3.1.3 Categoría 3: Relación con papá y mamá..... | 70 |
| 3.1.4 Categoría 4: Acontecimientos importantes..... | 86 |
| 3.1.5 Categoría 5: Relaciones con hermanos y familiares..... | 90 |
| 3.1.6 Categoría 6: Relación de pareja..... | 94 |

| | |
|---|-----|
| 3.1.7 Categoría 7: Alimentación..... | 100 |
| 3.1.8 Categoría 8: Enfermedades..... | 103 |
| 3.1.8.1 Categoría 8.1: Lupus Eritematoso Sistémico..... | 104 |
| 3.1.9 Categoría 9: Medicamentos y Tratamientos..... | 106 |
| 3.1.10 Categoría 10: Efectos secundarios de los medicamentos..... | 120 |
| 3.1.11 Categoría 11: Embarazos..... | 126 |
| 3.1.12 Categoría 12: Trabajo y Escolaridad..... | 131 |
| 3.1.13 Categoría 13: Vivienda..... | 138 |
| 3.1.14 Categoría 14: Religión..... | 139 |
| 3.1.15 Categoría 15: Tipo Sanguíneo..... | 141 |
| 3.1.16 Categoría 16: Concepto de cuerpo/vida/belleza..... | 142 |
| 3.1.17 Categoría 17: ¿Por qué creen que tiene la enfermedad?..... | 144 |

Capítulo IV

| | |
|-------------------|-----|
| Conclusiones..... | 147 |
|-------------------|-----|

Capítulo V

| | |
|--------------------|-----|
| La propuesta | 150 |
|--------------------|-----|

| | |
|-------------------------|------------|
| Referencias..... | 159 |
|-------------------------|------------|

INTRODUCCIÓN

En la sociedad Mexicana actual, el individuo se ha caracterizado por su excesiva búsqueda de placer y comodidad, de satisfacer las necesidades que a nivel material le sean según él necesarias, se ha olvidado de la cooperación y se ha fijado solo en la competencia, en estar siempre queriendo ser mejor que el otro, en una lucha que jamás termina; una sociedad en la que la comida sabrosa es aquella que contiene, grasas, sales, picantes, refinados y muchas veces conservadores químicos, el ser humano se ha alejado cada vez más de su manera de relacionarse con el cuerpo, enajenándose con las actividades que el neoliberalismo propone, ya cada vez menos personas hacen ejercicio, la mayoría no lee, basta ver cuanto tiempo tardan en venderse los ejemplares de algún libro, dejando así las responsabilidades de nuestra salud en manos de otros, la mayoría se refugia en el hedonismo, sin importar que éste explote los recursos naturales, el hombre se ha vuelto el depredador más grande sobre la tierra, alejándose cada vez mas de su espiritualidad y de ese vínculo con la naturaleza. Los psicólogos, biólogos, arquitectos y demás profesionistas preocupados por estos hechos, han buscado alternativas que no amenacen tanto a la naturaleza, en un intento por protegerla, viendo sin mucho éxito, que el poder de un gobierno es aún mucho más grande que la consciencia social e incluso la misma comodidad de las personas. El interés de este trabajo es buscar cómo es que se ha ido separando el individuo de este vínculo con el universo y sus consecuentes que terminan en una enfermedad crónico degenerativa, aquí se buscará cómo se rompió esa armonía en el exterior y luego a afectar en el interior del cuerpo, puesto que el ser humano no es un ser libre ni aislado, entendiéndolo desde una lógica donde lo que ocurre afuera, ocurre también adentro, pudiendo entender entonces como esta aunado a las emociones, el trabajo, la relación con los demás y la alimentación que el sujeto elige, esto hace que se vayan construyendo rutas al interior del cuerpo.

... Nos hallamos en un estado de profunda crisis mundial. Se trata de una crisis compleja y multidimensional que afecta a todos los aspectos de nuestras vidas; la salud y el sustento, la calidad del medio ambiente y la relación con nuestros semejantes, la economía, la política, y la tecnología. La crisis tiene dimensiones políticas, intelectuales, morales y espirituales.

Por primera vez, el hombre ha de enfrentarse a la posibilidad amenazadora y real de extinguirse de la faz de la tierra junto con la vida vegetal y animal.¹

Las problemáticas que se presentan hoy en día en la sociedad, son temas que a los psicólogos nos compete ya que somos los encargados de una rama de la salud, el buscar la relación que hay entre las emociones y el cuerpo, e ir más allá de la fragmentación hasta ahora presentada en la cultura occidental.

... El cuerpo no puede verse como una máquina, no debemos alimentar esa arraigada creencia de que el cuerpo necesita una respuesta. No, es preciso cambiar nuestra concepción del cuerpo por otra en la que quede claro que este es el que gesta, el que construye, el que cultiva la vida para darle sentido a los actos de una generación. Tiene que quedar claro que el cuerpo es capaz de auto regularse e incluso de revertir procesos.

La investigación que hacemos apunta a construir rutas de viaje de una emoción a fin de observar el lugar donde se hospeda para destrabar o desinhibir lo que se atora. El proceso es complejo, pero no lo es tanto si aprendemos a ver el cuerpo no como una máquina, si no como un espacio en el que se cultiva el principio de la vida y se construyen maneras de ser y de morir...²

Como nos menciona el autor, el cuerpo es capaz de autorregularse, es importante en una sociedad como la actual, con tantas demandas y poca atención al proceso corporal, ver que es importante la no fragmentación y el análisis holístico de la persona. Ésta tesis es una aproximación a esta nueva manera de ver y buscar en el cuerpo, para poder construir otras rutas alternativas a las enfermedades crónicas degenerativas y el cáncer, revisando aquí a profundidad la enfermedad de Lupus Eritematoso sistémico.

Se ha buscado la manera de ahondar en este proceso de construcción de la enfermedad, proponiendo que es necesario ir a la historia de vida del sujeto y buscar cómo se construyó el padecimiento, por lo cual su proceso se convierte en una herramienta que nos facilita la comprensión de los procesos salud-enfermedad, viendo de esta manera al individuo como algo más que solo cuerpo o mente.

¹ Fritjof Capra, *“El punto crucial , ciencia, sociedad y cultura naciente”*, Buenos Aires, Argentina, Editorial Troquel S. A., 1992 p. 21

² López Ramos Sergio, *“La construcción de lo corporal y la salud emocional”*, México Editoria los Reyes 2013, pp. 214, 215.

En los últimos años el proceso de salud ha tenido una emergencia sobre los cuerpos de los habitantes de la sociedad de nuestros días, conocer el cómo se construye el lupus nos permite darle una posibilidad a los pacientes y a la investigación en salud de construir otras maneras de orden epistemológico y de planificación sobre los tipos de problemas emergentes que se presentan en los pacientes con este padecimiento. Desde la psicología es de vital trascendencia darle un soporte explicativo a las relaciones que se derivan de este tipo de padecimiento.

Proponiendo una visión diferente a la occidental, partiendo de la lógica de que el individuo no puede ser fragmentado y debe ser retomado en todas sus dimensiones para poder así dar una propuesta holista, una alternativa que pueda resolver el problema tan complejo que el individuo construyó, siendo éste mismo también un ser complejo.

Apoyándonos en la historia de vida se pudieron encontrar las respuestas para así poder hacer un análisis exhaustivo de cómo es que se rompió la armonía y equilibrio en el interior del cuerpo, a partir de la elección del sujeto en su relación con los demás y con el universo; además de sus propias rutas de mecanismo de defensa que el mismo cuerpo construyó para así proteger la vida. Buscando aquí algo más que solo un virus, bacteria un gen o una respuesta cognitiva.

Actualmente las demandas son cada vez mayores y no se ve una solución definitiva ni realmente efectiva con las actuales técnicas, la presión social va en aumento en las grandes urbes, con la tecnología y la ciencia se prometía que se solucionarían los problemas y en pleno siglo XXI tristemente nos damos cuenta de que esa realidad aun no llega, las enfermedades crónico degenerativas van a la alza y se pronóstica un final trágico para el individuo, donde no le queda más remedio que la resignación, el hecho de aceptar que es altamente probable morir por una enfermedad que poco a poco va degradando la calidad de vida y destruyendo el interior, es por eso la urgencia de movernos en otras dimensiones, en buscar más allá de lo planteado, de construir, investigar todo aquello con lo que no se comercia, crear otras alternativas y soluciones, pero sin olvidarnos que el cuerpo es el documento vivo que nos da la posibilidad de descifrarlo.

Ahora bien, no basta con solo saberlo, si no realmente llevarlo a la práctica, esta tesis podrá ser de ayuda para futuros investigadores que deseen comprobar los resultados que aquí se encontraron, buscando en la sociedad, en la cultura y observando el fenómeno con detenimiento con una visión abierta, el compromiso que tenemos como universitarios para con la sociedad es algo que nos mueve a seguir investigando, como psicóloga encargada de la salud de los mexicanos y de la especie humana. Llegando al tema central de nuestro interés, teniendo ya otra concepción del Lupus Eritematoso Sistémico, visto más allá de una enfermedad autoinmune.

CAPÍTULO I
1. ¿EL LUPUS ES?
LA MARCA DE LA MARIPOSA, UNA MIRADA DESDE LA ALOPATIA
OCCIDENTAL

*El último lenguaje
que le queda al cuerpo olvidado
es el sintoma físico.
Paula Rives*

La cultura occidental es una forma de vivir ahora en nuestros días, se enferma en esta sociedad y se muere en esta sociedad muchas veces por los estilos de vida, es por eso la importancia de este capítulo para poder entender los procesos alópatas y como es que se concibe al lupus desde esta visión, que nos dice acerca de el, cuales son las formas de construcción que la ciencia menciona para que esta enfermedad tan compleja se haga presente en la vida de las personas.

a) Etimología

El término “Lupus” proviene de la palabra latina que significa “lobo”; “eritematoso” que quiere decir “rojo”. Se le aplico este nombre porque se pensaba que la lesión de la piel se parecía a la mordedura de un lobo³

b) Origen etiología

El Lupus eritematoso es una enfermedad crónica, inflamatoria, autoinmune, de causa desconocida, que si bien puede afectar un solo órgano de nuestro cuerpo (la piel por ejemplo), con frecuencia compromete varios, principalmente articulaciones, piel, pulmones, riñones, etc. No es una enfermedad infecciosa ni contagiosa; tampoco es cáncer ni enfermedad maligna de ningún órgano o sistema.

Aunque no se conoce la causa, existen varios factores probables. Hay evidencia de predisposición genética: también factores hormonales y ambientales como exposición

³ Molina R. José Fernando, et al. “*Lupus Eritematoso manual práctico para médicos y pacientes*”, CIB (Corporacion para Investigaciones Biologicas), Colombia, 2000. Pp.2.

excesiva al sol, medicamentos, estrés emocional o ciertas infecciones (virales, bacterianas) que suelen en ciertas circunstancias, y en individuos genéticamente predispuestos, desencadenar la enfermedad, dando origen a una serie de autoanticuerpos (anticuerpos que reaccionan contra los tejidos propios) a otras sustancias que ocasionan inflamación y daño en los tejidos. En familias de pacientes con lupus eritematoso, puede haber varios miembros con la enfermedad o al menos evidencia de alteraciones inmunológicas (exámenes de laboratorio anormales). El lupus eritematoso ocurre más comúnmente en mujeres (90%); no es infrecuente en los niños. Los factores hormonales (alteraciones en el metabolismo de las hormonas femeninas) pueden explicar su mayor frecuencia en el sexo femenino.⁴

1.1 Genética

La predisposición genética al Lupus se hereda como un rasgo complejo con el que pueden estar asociados varios genes. Concretamente, un intervalo del brazo largo del cromosoma 1, 1q23 -24, está vinculado con el LES en diversas poblaciones. Existe el consenso unánime de que el LES activo se caracteriza clínicamente por un aumento de la velocidad de sedimentación globular con concentraciones normales de proteína C reactiva (PCR), tanto la PCR como el complemento y la proteína amiloidea P en suero son importantes para la eliminación de los residuos apoptóticos; además, se han cartografiado los genes de la PCR en el cromosoma 1, 1q23 – 24, en el llamado locus de la pentraxina.

1.2 Factores Ambientales

La luz del sol es el factor que más claramente agrava el LES, si bien se han barajado otros, como la sílice cristalina, que acaparó la atención de diversos estudios del sudeste de los Estados Unidos, en los cuales se planteó que la exposición laboral a esta sustancia constituía un riesgo de padecer Lupus. Un estudio de casos y controles descubrió que más pacientes (19%) que controles (8%) tenían antecedentes de exposición media o elevada a la sílice por actividades agrícolas o comerciales, lo cual señala que dicha sustancia puede estar asociada con la aparición del LES en cierta proporción de personas, aunque a menudo resulta difícil cuantificar con precisión la exposición en el ámbito laboral. Otro estudio

⁴ Ibídem pp, 10

encontró asociaciones con la exposición laboral al mercurio que refirieron los propios enfermos quienes habían manipulado pesticidas para tareas agrarias o trabajaban en odontología, pero la cifra real de pacientes expuestos era relativamente pequeña, además, a diferencia del caso de la esclerodermia, no se observó asociación con el empleo de disolventes.

También se ha identificado el virus Epstein –Barr (VEB) como posible factor en el desarrollo del Lupus. El VEB puede residir en los linfocitos B e interactuar con ellos. Gross y cols. Han descubierto una elevada frecuencia de linfocitos B infectados por el VEB en los enfermos de Lupus, en comparación con los controles, principalmente linfocitos B de memoria. No se estableció relación alguna con el tratamiento inmunodepresor, en tanto que los pacientes con brotes activos de lupus presentaban más linfocitos infectados que aquellos en las fases de remisión. Aunque otros estudios han planteado que el VEB puede desempeñar una función causal en el LES, los autores de éste se muestran más precavidos y no interpretan los hallazgos de mayor incidencia de células infectadas, mayor viremia y mayor expresión génica vírica como una prueba de la implicación directa del VEB en el desarrollo del LES, si no que sostienen que la desregulación inmunitaria del LES también puede dar lugar a una expresión aberrante del VEB.

1.3 Factores hormonales

El LES es una enfermedad que afecta a las mujeres en edad fértil, así que pareciera evidente que los estrógenos estén implicados en su patogenia. Sin embargo los niños pequeños y los varones también pueden sufrir Lupus, y no deja de sorprender que los varones aquejados de Lupus sufran formas más intensas de la enfermedad, con un mayor riesgo de afección renal, de cardiopatías y de mortalidad. Otras hormonas, como la prolactina y los andrógenos, también pueden estar relacionadas, aunque sigue sabiéndose muy poco de la función de las hormonas en el desarrollo del Lupus.

Se han descrito muchos casos anecdóticos de exacerbación del lupus o de aumento de riesgo de padecerlo por causa de estrógenos exógenos. En el Nurses´Healt Study, se asoció

el consumo de anticonceptivos orales con una ligera elevación del riesgo de LES con un riesgo relativo de 1,9 frente a las mujeres que nunca los habían tomado.⁵

1.4 Tipos

El lupus no es igual en todos los pacientes y los síntomas suelen ser diferentes; en general existen tres clases de Lupus: discoide (LD), sistémico (LES) y el ocasionado o inducido por medicamentos (LIM). El Lupus discoide es limitado a la piel, principalmente de la cara, oídos, cuello y cuero cabelludo. Casi nunca compromete órganos internos y los exámenes de laboratorio, como los anticuerpos antinucleares, por lo general son negativos.

Generalmente el Lupus eritematoso sistémico (LES) es más severo que el discoide y puede afectar cualquier órgano del cuerpo aun en forma diferente en los diferentes pacientes. No es frecuente encontrar dos individuos lúpicos con los mismos síntomas. El Lupus Eritematoso sistémico cursa con periodos de pocos o ningún síntoma (remisión) y con época de gran actividad (exacerbación). En algunos casos y de manera impredecible la enfermedad puede desaparecer en forma espontánea.

El lupus inducido u ocasionado por medicamentos ocurre luego del uso, por lo general prolongado de algunos fármacos como hidralazina (para control de la presión arterial), procainamida (para arritmias cardíacas), agentes para controlar convulsiones, etc. Por lo general los síntomas son menos severos y casi siempre desaparecen al suspender el medicamento responsable.⁶

1.5 Diagnóstico

Desde los años 70 se han elaborado distintos criterios para clasificar de manera uniforme los casos de LES, fundamentalmente con el fin de incluirlos en registros o de realizar estudios.

Los criterios que se emplean en la actualidad fueron propuestos por el American College of Rheumatology (ACR) en 1982, y actualizados en 1997. (Ver tabla 1). La presencia de cuatro o más de estos, en cualquier momento de la evolución de la enfermedad, nos

⁵ Cervera Ricard, *“Avances en Lupus eritematoso sistémico”*, Editorial Marge Books, Barcelona España 2008, pp. 22-25.

⁶ *Ibíd*em, pp, 8

permitirá establecer el diagnóstico de LES. Esta clasificación presenta una sensibilidad y especificidad en torno al 96%.

Muchos autores han criticado esta clasificación, ya que sobrestima la afectación cutánea, en muchos casos no permite detectar LES de inicio, ni pacientes con nefropatía lúpica o lupus neurológico aislado, y no incluye algunos datos característicos de la enfermedad, como puede ser hipocomplementemia. Todo esto hace necesaria la elaboración de una nueva clasificación en los próximos años.

Los pacientes que se diagnostican de LES clínicamente, pero que no cumplen los criterios de la ACR, se describen como lupus incompletos.

Tabla I
Criterios de clasificación del LES (actualización 1997)

| | |
|-----------------------------------|--|
| 1. Eritema malar | Eritema fijo, plano o elevado, sobre los pómulos, que respeta los surcos nasolabiales |
| 2. Lupus discoide | Placas eritematosas elevadas, con queratosis periférica y taponamiento folicular, que dejan cicatrices atróficas |
| 3. Fotosensibilidad | Erupción cutánea resultante de una reacción anormal a la luz solar |
| 4. Úlceras orales | Úlceras orales o nasofaríngeas, generalmente indoloras |
| 5. Artritis | Artritis no erosiva que afecta a dos o más articulaciones periféricas, caracterizada por el dolor, tumefacción o derrame |
| 6. Serositis | a) Pleuritis: dolor pleurítico, roce o evidencia de derrame pleural b) Pericarditis: confirmada por ECG, roce o derrame pericárdico |
| 7. Enfermedad renal | a) Proteinuria persistente mayor de 0'5g/24h o de 3(+) si no se cuantifica b) Cilindros celulares |
| 8. Enfermedad neurológica | Convulsiones o psicosis en ausencia de otras causas (fármacos o alteraciones metabólicas) |
| 9. Enfermedad hematológica | a) Anemia hemolítica con reticulocitosis b) Leucopenia menor de 4000/mm ³ en dos o más determinaciones c) Linfopenia menor de 1500/mm ³ en dos o más determinaciones d) Trombopenia menor de 100 000/mm ³ en ausencia de fármacos inductores |

| | |
|---------------------------------------|---|
| 10. Alteraciones inmunológicas | Anticuerpos anti- DNAn. Anti –Sm o antifosfolipídicos (ACL1 – IgM o IgG -, AL2 o serología luética falsamente positiva) |
| 11. Anticuerpos antinucleares | Titulo anormal en cualquier momento, en ausencia de fármacos que induzcan lupus. |

1.6 Pruebas diagnósticas

Ante la sospecha clínica de LES, así como para el estudio inicial del mismo, deben llevarse a cabo una serie de pruebas generales, que difieren en algunos casos de las empleadas para el seguimiento y monitorización posterior de estos pacientes.

- Historia clínica y exploración física detallada, como en cualquier otro paciente.
- Estudios generales de laboratorio, que deben incluir hemograma, estudio de coagulación, bioquímica (con glucosa, iones, pruebas de función hepática, función renal, perfil lipídico, enzimas musculares, proteínas, albúmina y proteinograma en sangre), sistemático y sedimento de orina y orina de 24 horas (algunos autores recomienda la realización de esta sólo si el sistemático y sedimento de orina está alterado).
- Hormonas tiroideas, anticuerpos anti –TIPO y anti-tiroglobina.
- Estudios inmunológicos básicos, con ANA, ENA, anti –DNAn, FR, determinación de las fracciones C3, C4 y CH50 del complemento y anticuerpos antifosfolipídicos (anticoagulante lúpico y anticardioplina; los anti –beta2 –glicoproteína –I, sólo en aquellos casos que los dos anteriores sean negativos).
- Electrocardiograma
- Radiografía de tórax
- Descartar síndrome de Sjogren asociado, mediante la realización del test de Schirmer y el Rosa de Bengala, aunque el paciente no presente clínica de síndrome seco.
- Ecocardiograma. Algunos autores lo recomiendan sólo si existen hallazgos exploratorios o antecedentes emboligenos.

El resto de pruebas diagnósticas se harán de acuerdo con las manifestaciones clínicas de cada paciente y se decidirán de forma individualizada, las más comunes serán: TAC

craneal, RNM cerebral, TAC torácico de alta resolución, pruebas funcionales respiratorias, biopsia renal, ecografía abdominal y radiografías articulares.⁷

Anti cuerpos anti-DNA (ds)

Sinónimos

Anticuerpos Anti DNA dc (doble cadena). Anti dsDNA, Anti ADN(ds), Anti DNA nativo o bicatenario,n-DNA, Anticuerpos de doble hélice, ss-DNA

Preparación del Paciente

Muestra de sangre. En caso de sueros poseer niveles altos de Triglicéridos, se recomienda tomar la muestra en ayunas.

Uso Clínico

Este anticuerpo es un marcador para el diagnóstico y seguimiento del lupus eritematoso sistémico (LES). La técnica Colorzyme es una prueba de detección sensible y específica, ya que utiliza *Crithidia luciliae* como sustrato. *C. luciliae* es un organismo eucariota, que posee un orgánulo llamado cinetoplasto, una mitocondria gigante que contiene ADN de doble cadena, libre de las histonas, ADN monocatenario., y otros antígenos nucleares de mamíferos.

Significado Clínico

Las anticuerpos anti-DNA de una sola cadena pueden unirse a las bases púricas o pirimidínicas del DNA, a los nucleósidos, nucleótidos, oligonucleótidas así como la cadena de ribosa-fosfato que constituye el espinazo de una hebra de DNA. Por el contrario, los anticuerpos anti-DNA de doble cadena solo pueden unirse a la poliribosa-fosfato, a los pares de bases desoxiguanosina-desoxicitidina y desoxiadenosina-desoxitimidina y a algunas conformaciones muy especiales de la doble hélice.

La mayoría de las personas normales tienen en su suero inmunoglobulinas IgM anti-DNA de una sola cadena, que pertenecen a los autoanticuerpos naturales presentes en todas

⁷ Gutiérrez Martínez et al, “*Lupus Eritematoso Sistémico para médicos de atención primaria*”, Ediciones universidad de Oviedo 2006, pp. 63, 67, 68.

las personas. Estos anticuerpos tienen una baja afinidad hacia el DNA y otros auto-antígenos como la tiroglobulina o la miosina. Por el contrario las IgG anticuerpos anti-DNA de doble cadena no suelen estar presentes en los individuos normales y muestran una alta afinidad hacia el DNA y otros antígenos. Además, son capaces de fijar moléculas de complemento y los complejos que forma contienen secuencias de aminoácidos que les confieren su patogenicidad.

Desde hace décadas se sabe que los anticuerpos anti-DNA de doble cadena están muy relacionados con el lupus eritematoso sistémico. Ésta es una enfermedad inflamatoria crónica bien conocida, cuyas manifestaciones clínicas van desde lesiones dermatológicas localizadas hasta un proceso sistémico destructivo sin alteraciones cutáneas. El lupus eritematoso sistémico se caracteriza por remisiones y exacerbaciones que suelen estar asociadas a la presencia de anticuerpos antinucleares, en particular anti-DNA de doble cadena. Estos anticuerpos raras veces son encontrados en otras enfermedades autoinmunes, y su presencia casi siempre está relacionada con la actividad de la enfermedad, en particular cuando muestran la capacidad de fijar el complemento.

Rangos

Positivo: $\geq 1:10$ diluciones
 Negativo: $< 1:10$ diluciones

Metodología

Inmunocromatográfica

1.7 Tratamiento

Tratamiento

No existe tratamiento etiológico. El objeto es mantener al paciente en remisión clínica, de forma que pueda desarrollar una vida normal con la menor cantidad posible de medicamentos. El tratamiento ha de ser individualizado debido a la diversidad de las manifestaciones clínicas, a la variabilidad de la respuesta y de los efectos secundarios de un tratamiento determinado. Además, existe un porcentaje de

pacientes que tienen remisiones espontáneas y otros que tiene un curso clínico tan benigno que apenas precisan medicación.

1.7.1 Medidas no farmacológicas

Antes de iniciar cualquier tratamiento, se debe explicar al enfermo de forma asequible en qué consiste su enfermedad, el pronóstico, los tratamientos posibles y el seguimiento que se va a llevar.

En el LES, al igual que en otras enfermedades crónicas, hay que dar algunas recomendaciones generales:

- Exposición solar

Es aconsejable evitar la exposición a los rayos ultravioleta tanto directa como indirectamente (sol, agua de piscina o del mar, arena, nieve, aparatos rayos UVA, tubos fluorescentes), especialmente en aquellos pacientes cuyos síntomas empeoran claramente con la misma. En caso de exposición se deben utilizar cremas foto protectoras con factor de protección superior a 15, que se han de aplicar aproximadamente una hora antes.

- Dieta

Algunos datos sugieren una relación entre los alimentos y la aparición o empeoramiento del lupus. Hay alimentos que contienen psoralenos (apio, higo, perejil), que podrían aumentar la foto sensibilidad. En estudios experimentales la L-canavanina, amina que está presente en las legumbres, se ha asociado con la aparición de Lupus. También hay trabajos en modelos animales donde se observa que la restricción de ácidos grasos de la dieta reduce la severidad de la enfermedad.

Sin embargo, no se ha demostrado científicamente que ningún alimento empeore o provoque el lupus. No hay ninguna recomendación especial dietética a los pacientes lúpicos, salvo una dieta cardio saludable con un aporte adecuado de calorías, calcio y vitamina D.

- Anticoncepción

De entrada se recomiendan métodos anticonceptivos tipo “barrera” (diafragma, preservativos) o píldoras anticonceptivas hormonales con progestágenos exclusivamente. En cuanto a los anticonceptivos hormonales clásicos, la mayoría de las pacientes lúpicas no tendrían contraindicación para tomarlos, aunque nunca serian primera opción. Los anticonceptivos con estrógenos están contraindicados en pacientes con migrañas, hipertensión arterial (HTA), hiperlipemia, enfermedad tromboembólica previa o título alto de anticuerpos antifosfolípidicos. Los dispositivos intrauterinos tampoco serian elección dado que aumentan el riesgo de infección pélvica.

- Tabaco

Se debe evitar el tabaco ya que las complicaciones de la arteriosclerosis son la causa más importante de morbilidad en el LES. Además, se sabe que disminuye la actividad de los antipalúdicos y empeora el fenómeno de Raynaud.

- Control de las infecciones y vacunaciones

La mayoría de los pacientes lúpicos toleran bien las vacunas. No se han confirmado los trabajos iniciales que sugieran una mayoría incidencia de brotes lúpicos tras ellas. Como norma general se deben seguir las recomendaciones de vacunación en adultos, evitando las vacunas con virus atenuados. Se debe recordar que en pacientes inmunodeprimidos las vacunas pueden ser menos efectivas. La fiebre debe ser considerada un signo de alerta ante la posibilidad de infección y motivo de consulta médica, especialmente si están tomando corticoides o inmunosupresores.

- Recomendaciones generales

Se recomienda evitar el sedentarismo y el sobrepeso, y controlar adecuadamente las cifras de tensión arterial y lípidos. Debería evitarse el ejercicio físico intenso y el estrés emocional dado que existe la impresión clínica de que pueden inducir actividad lúpica.

1.7.2 Tratamiento Farmacológico

Los fármacos más utilizados en el LES son los antiinflamatorios no esteroideos (AINEs), antipalúdicos, corticoides e inmunosupresores. A pesar del gran avance en otras áreas

de la medicina, no se han descubierto nuevos tratamientos en los últimos veinte años. Como novedad, únicamente se está evaluando el micofenolato como alternativa a los inmunosupresores clásicos.

- AINEs

Cualquiera de ellos puede ser utilizado y no existen claras ventajas de ninguno. Existe más experiencia con los AINEs clásicos como la indometacina, piroxicam, diclofenaco, napróxeno e ibuprofeno. La elección depende de su tolerancia, precio y posología. Cuando es necesario utilizar un AINE durante el embarazo generalmente se prefiere el uso de la aspirina, suspendiéndola 1-2 semanas antes del parto. Los AINEs no suelen pasar a la leche materna, aunque durante la lactancia se suele escoger alguno de vida media corta como el ibuprofeno o diclofenaco.

Se utilizan para controlar procesos inflamatorios leves –moderados como la fiebre, artritis, artralgias, mialgias y serisitis leves, muchas veces para intentar reducir la dosis de corticoides. A pesar de que se han descrito reacciones de hipersensibilidad al ibuprofeno en pacientes lúpicos, se han usado ampliamente por su buena tolerancia.

Es recomendable efectuar una protección gástrica de forma profiláctica con omeoprazol u otros inhibidores de la bomba de protones en pacientes mayores de 65 años o en aquellos que reciban tratamiento concomitante con corticoides. Los inhibidores selectivos de la ciclooxigenasa 2 deberían evitarse por su potencial riesgo vascular.

Los AINEs pueden provocar elevaciones transitorias de las transaminasas y colestasis de forma más frecuentes que en otras enfermedades reumáticas. Deberían utilizarse con precaución en el caso de nefritis lúpica por su posible efecto sobre la función renal, y siempre hay que considerarlos en el diagnóstico diferencial cuando hay alteraciones renales leves. Además, pueden provocar sintomatología a nivel SNC similar a la de la actividad lúpica a ese nivel.

- Antipalúdicos

Los antipalúdicos son los fármacos más importantes de los pacientes en los pacientes con lupus sin compromiso visceral. Se utilizan desde hace décadas aunque no ha sido hasta los

últimos años cuando se han publicado varios estudios controlados que demuestran su eficacia real. Existen 3 moléculas comercializadas: hidroxicloroquina, cloroquina, y quinacrina.

Su mecanismo de acción no está claro, aunque teóricamente bloquean la filtración de la luz ultravioleta, favorecen la disociación de los inmunocomplejos, antagonizan las prostaglandinas y disminuyen la activación de los linfocitos.

De todas formas, los expertos recomiendan su uso en todos los pacientes con LES sin compromiso vital, dado que reducen la frecuencia de los brotes de la enfermedad, tanto leves como graves. También tienen un efecto hipolipemiente y antitrombótico, aunque se desconoce si estos efectos son clínicamente significativos.

El antipalúdico más utilizado, por su mejor perfil de seguridad y su mayor experiencia clínica en todo el mundo, es la hidroxicloroquina. Habitualmente se inicia el tratamiento con 400 mg/día de hidroxicloroquina o 500 mg/día de cloroquina durante uno o dos meses y, posteriormente se sigue con la mitad de la dosis. No está claro cuánto tiempo hay que mantener los antipalúdicos en los pacientes lúpicos. En caso de enfermedad limitada, como lupus cutáneo o LES que se manifiesta con artralgias y lesiones cutáneas leves, al cabo de uno o dos años de tener la enfermedad controlada normalmente se van retirando de forma progresiva, por ejemplo bajando a un comprimido dos o tres veces por semana y luego suspendiéndolo definitivamente. En caso de enfermedad más grave, dada su capacidad de reducir el número y la gravedad de las recidivas, si no existe contraindicación, se suele mantener de forma indefinida, generalmente un comprimido dos o tres veces a la semana.

La toxicidad retiniana es el mayor inconveniente del tratamiento con antipalúdicos. Sin embargo, es prácticamente inexistente para la hidroxicloroquina a dosis habituales (< 400 mg/día) de no existir insuficiencia renal. La toxicidad retiniana está relacionada con la dosis total acumulada. Se deben realizar controles oftalmológicos al iniciar el tratamiento y luego de forma anual. Hay que advertir a los pacientes la necesidad de ellos y la necesidad de consultar en caso de notar alguna alteración visual.

Durante el embarazo se prefiere la utilización de la hidroxicloroquina ya que se considera un fármaco más seguro. Con la hidroxicloroquina es raro encontrar efectos

secundarios, aunque se pueden observar molestias digestivas, erupciones, hiperpigmentación de la piel, caída del pelo, cefalea y de forma excepcional alteraciones hematológicas y neuromiopatía.

La cloroquina queda como alternativa a la hidroxicloroquina. En ocasiones se recomienda de inicio por su mayor rapidez de acción cambiándose más tarde a hidroxicloroquina. También se usa en lupus cutáneos refractarios a hidroxicloroquina.

La quinacrina tiene indicación exclusivamente en lupus cutáneos refractarios, bien sola o añadida a cloroquina o hidroxicloroquina, dado que tiene un efecto sinérgico cuando se usa en combinación. Su mayor problema es el riesgo de anemia aplásica, que en ocasiones viene precedida de manifestaciones cutáneas. Como ventajas teóricas no tiene toxicidad retiniana y es más efectiva en la astenia. Típicamente produce una coloración amarillenta de la piel que revierte al suspenderla.

- Corticoides

Antes de iniciar un tratamiento corticoideo que se prevea crónico, se ha de plantear la profilaxis de osteoporosis con calcio, vitamina D y bisfosfonatos, así como de tuberculosis con isoniacida, cuando esté indicada.

Por vía sistémica, en LES habitualmente solo se utilizan preparados de acción intermedia: prednisona, metilprednisona y deflazacort. La prednisona es un profármaco que se convierte a través de metabolización hepática en prednisolona, que es el corticoide activo; sólo se dispone para administración por vía oral. El deflazacort se ha propuesto en determinadas situaciones por su supuesto menor efecto sobre el metabolismo hidrocarbonado e inducción de menor osteopenia a dosis equi –antiinflamatorias. No obstante, no están claras las dosis equivalentes de desflazacort con los corticoides de referencia y no hay estudios que avalen su uso a largo plazo. La metilprednisona es un corticoide similar a la prednisona con ligero menor efecto mineral corticoide, que se dispone por vía oral y parenteral; 4 mg de metilprednisolona equivalen a 5 mg de prednisona. Siempre que se habla de dosis de corticoides se refieren a dosis de prednisona.

Indicaciones y dosificación de los corticoides: Los corticoides son el tratamiento fundamental para el control a corto y medio plazo de lupus con manifestaciones moderadas o graves. Para simplificar su indicación, habitualmente se clasifica la enfermedad como leve, moderada o severa (Tabla 2) y se utilizan dosis bajas, moderadas o altas de prednisona. (Tabla 3).

La prednisona se puede dar en una dosis única matutina. En pacientes con fiebre, afectación grave o rigidez matutina importante, la dosis única puede no controlar la sintomatología durante todo el día, por lo que el corticoide se suele repartir en dos o tres tomas. Las pautas de días alternos se pueden ensayar en pacientes sin síntomas generales, generalmente en nefritis, con la intención de minimizar los efectos secundarios.

En el LES grave el tratamiento principal para controlar la enfermedad consiste en dosis alta de corticoides; habitualmente se añaden inmunosupresores para controlar la enfermedad a medio y largo plazo y así poder reducir y evitar la toxicidad de los corticoides. En caso de anemia hemolítica autoinmune o trombocitopenia autoinmune se suelen dar de 60 a 80 mg de prednisona al día, que se aumentan en una semana hasta 100 - 120 mg en caso de no mejorar. En las vasculitis sistémicas se dan entre 60 y 100 mg de prednisona al día de inicio y en la afección grave del SNC se suele utilizar metilprednisolona intravenosa cada 6 - 12 horas con una dosis que oscila entre 40 y 80 mg/día.

En algunas afecciones de moderada gravedad (fiebre, serositis, musculoesqueléticas) se suele iniciar el tratamiento con AINEs, más tarde se añaden antipalúdicos y finalmente, si no hay mejoría, 5-10 mg de prednisona al día que se pueden aumentar hasta controlar la sintomatología. En las glomerulonefritis mesangial o proliferativa moderada se suelen utilizar dosis medianas de corticoides.

Tabla 2
Clasificación de las manifestaciones del LES según gravedad

| Órgano afectado | Manifestaciones graves | Manifestaciones moderadas |
|-----------------|--|---|
| SNC | Vasculitis cerebral Encefalitis Psicosis Coma | Corea Neuropatía periférica Neuritis óptica Síndrome confusional agudo |

| | | |
|--|--|---|
| | Mielopatía | Mononeuritis múltiple Estatus epiléptico Síndrome desmielinizante Hipoacusia sensorial autoinmune |
| Pulmón | Neumonitis Hemorragia pulmonar | Neumonitis Pulmón <<pequeño>> |
| Corazón | Miocarditis Vasculitis coronaria Tamponada cardiaca | Pericarditis Miocarditis |
| Piel | | Lupus discoide severo Úlceras orales severas Lupus cutáneo difuso subagudo Enfermedad bullosa cutánea Vasculitis cutánea |
| Riñón | Glomerulonefritis rápidamente progresiva | Otras glomerulonefritis |
| Hematológico | Trombocitopenia idiopática (<15 000/mm ³) Púrpura trombocitopénica trombótica | Trombocitopenia (15 000 -30 000/ mm ³) Hiperviscosidad Síndrome hemofagocítico Anemia hemolítica Adenitis lúpica |
| Musculoesquelético miscelánea | | Poliartritis Fiebre |

Tabla 3
Dosificación de prednisona

| Dosis de prednisona | Indicaciones |
|---------------------------------|--|
| ALTAS: 1 mg/kg/día. | LES grave |
| MODERADAS: 0´5 mg/kg/día | LES moderado: fiebre no infecciosa, pleuritis, neumonitis, pericarditis y nefritis mesangial moderada. |
| BAJAS: 0´25 mg/kg/día | LES leve: artritis, serositis moderada o lesión cutánea que no mejora con AINEs o antipalúdicos. |

- Bolas de corticoides

Se empezaron a emplear a mediados de los 70 por similitud con el tratamiento del rechazo agudo del trasplante renal. La dosis habitual es 1g de metilprednisolona intravenoso durante tres días consecutivos.

Con ellos se consigue una inmunosupresión rápida. Se reservan para pacientes muy graves con afección grave de otros órganos vitales que no responden a dosis convencionales de corticoides o a otros tratamientos. Aunque solo hay estudios retrospectivos y no controlados para evaluarlos, existe una opinión generalizada que son eficaces, al menos en las crisis renales. Los riesgos son las alteraciones hidroelectrolíticas, hiperglucemia, sobrecarga de líquidos, HTA y, de forma rara, arritmias, convulsiones y psicosis. Una vez estabilizados los pacientes necesitan dosis habituales de corticoides y tratamiento inmunosupresor.

- Inmunosupresores

Los inmunosupresores se utilizan para reducir la actividad lúpica en casos graves y disminuir la dosis de corticoides. Los más utilizados son la ciclofosfamida y la azatioprina.

- Ciclofosfamida

Es el fármaco más activo y más usado para el tratamiento del lupus grave, pero también el más tóxico. Se administra por vía oral a dosis entre 1 y 3 mg/kg/día o, en la mayoría de los casos, por vía intravenosa mensualmente en bolos de 0'5 –1 g/m². En la nefritis lúpica, los bolos de Ciclofosfamida parece que tiene menos efectos secundarios con eficacia similar o mayor que la Ciclofosfamida oral diaria. En los bolos, la Ciclofosfamida se diluye en 150 ml de suero salino y se infunde en una hora; para evitar la toxicidad vesical se suele dar por la mañana y se recomienda la ingesta de dos o tres litros de líquidos a lo largo del día. Se deben de realizar controles hematológicos a los 10-14 días del bolo, ajustando posteriormente la dosis de Ciclofosfamida para mantener unos leucocitos por encima de 2000/mm³ y unos neutrófilos por encima de 1000/mm³.

La pauta clásica mantiene la Ciclofosfamida intravenosa mensual durante seis meses y, posteriormente, trimestralmente hasta que la enfermedad esté controlada durante un año. El mantenimiento de la Ciclofosfamida a partir del sexto mes, aunque preserva mejor la función renal y disminuye el número de brotes, está asociado a una mayor toxicidad. Muchos grupos usan una pauta más corta de Ciclofosfamida: una vez conseguida la remisión con Ciclofosfamida al cabo de seis meses, cambian a azatioprina hasta completar dos años.

- Azatioprina

Es un inmunosupresor menos tóxico que la Ciclofosfamida, pero a la vez menos potente. Se utiliza en la nefritis lúpica y en LES grave sin compromiso renal como ahorrador de corticoides, a una dosis entre 1-3 mg/kg/día. Tarda varias semanas en comenzar a actuar y hasta tres meses en desarrollar todo su efecto.

Los efectos secundarios de la azatioprina son fundamentalmente gastrointestinales y hematológicos, y aparecen hasta en un 30%. También aparecen aftas bucales, náuseas, vómitos, adelgazamiento y en un 2-5% de los pacientes hepatitis, que se puede asociar a fiebre, rash y dolor abdominal. Para su monitorización se recomienda un hemograma y control de pruebas hepáticas mensual durante el primer trimestre, y posteriormente trimestral.

- Metotrexate

Se utiliza por similitud con otras enfermedades reumáticas como la artritis reumatoide, aunque existe poca experiencia en el LES. Se suele dar por vía oral, subcutánea o intramuscular de forma semanal, a dosis que oscilan entre 7.5 y 15mg. De forma rutinaria, se añaden 5 mg de ácido folínico vía oral después del Metotrexate para disminuir su toxicidad hematológica y digestiva. Se suele utilizar en artritis resistentes a antipalúdicos y corticoides, serositis, fiebre o lesiones cutáneas, como ahorrador de corticoides como alternativa a otros inmunosupresores, los efectos secundarios más importantes son hematológicos, alteraciones hepáticas y pulmonares.

- Micofenolato de mofetil

Es un fármaco que inhibe la síntesis de purinas y que se utiliza de forma habitual en los trasplantes. Tiene efecto antiproliferativo sobre los linfocitos B disminuyendo su producción de anticuerpos. A corto plazo parece que es igual o más efectivo que la Ciclofosfamida, con menos infecciones y esterilidad. La dosis habitual es 1.5-2 g/día hasta un máximo de 3g/día. Se pueden monitorizar los niveles plasmáticos y se deben realizar controles hematológicos cada 3-4 semanas. Produce alteraciones digestivas frecuentes, especialmente diarreas.

- Tratamientos experimentales
- Ciclosporina

Se ha empleado en la nefritis lúpica por su eficacia en el trasplante renal y por su perfil de efectos secundarios distinto al de los inmunosupresores clásicos (ausencia de mielotoxicidad e infertilidad y no ser teratogénico). Sin embargo, su potencial nefrotoxicidad, el desarrollo de HTA y la existencia de otras alternativas terapéuticas, ha hecho que se utilice exclusivamente en casos refractarios a otros tratamientos. La dosis de inicio es de 5mg/kg/día, y se puede aumentar hasta 7 mg/kg/día, en función de los niveles plasmáticos.

- Tacrolimus

Es otro fármaco desarrollado para los trasplantes, con un perfil de efectos secundarios similar a la ciclosporina. Quizás es más nefro y neurotóxico, aunque produce menos HTA.

Es de fácil manejo y sus niveles se pueden monitorizar. Puede ser una alternativa cuando no existen otras opciones terapéuticas, aunque existe escasa experiencia con el fármaco.

- Inmunoglobulinas

Hay estudios que sugieren su eficacia, pero ninguno controlado. Su uso queda reservado a la Trombopenia severa especialmente si hay sangrado, por la rapidez de su acción, conjuntamente con los corticoides. La dosis habitual es de 400 mg/kg/día vía intravenosa durante cinco días.

- Dehidroepiandrosterona

(DHEA o prasterona) andrógeno suprarrenal precursor de los andrógenos y estrógenos, aprobado como tratamiento hormonal sustitutivo. Recientemente se ha publicado un estudio aleatorizado donde se demuestra que añadir 200mg/día de prasterona al tratamiento habitual mejora o estabiliza los signos y síntomas lúpicos, así como el perfil lipídico, sin efectos secundarios importantes. Las toxicidades más frecuentes fueron acné e hirsutismo.

No se dispone todavía de resultados a largo plazo y ni están establecidas cuales serían sus indicaciones específicas en LES.

- Plasmaféresis

Es una técnica que consiste en extraer la sangre del paciente, retirar las proteínas plasmáticas y reinfundirla. Sólo está indicada cuando no son eficaces otros tratamientos: fenómenos vasculíticos graves y/o casos de afección neurológica graves como la púrpura trombótica trombocitopénica, síndrome de Hiperviscosidad, crioglobulinemia grave y síndrome antifosfolípido catastrófico.

- Rituximab

Anticuerpo monoclonal quimérico aprobado para tratar linfocimas no Hodgkin, que se une específicamente al antígeno de membrana CD20 que expresan los linfocitos B. En los estudios piloto donde se ha evaluado ha demostrado eficacia en el LES, aunque sigue en estudio.⁸

1.8 Órganos Afectados

Cuadro Clínico

Inicialmente el LES puede afectar prácticamente a cualquier órgano o sistema (con posterioridad aparecen manifestaciones adicionales), o bien puede tener carácter multisistémico.

Musculo esqueléticas: Casi todos los pacientes con LES presentan artralgiyas y mialgiyas; la mayoría padece artritis intermitente. El dolor no suele guardar proporción con las alteraciones observadas en la exploración física, como tumefacción fusiforme y simétrica de las articulaciones con mayor frecuencia de las interfalángicas proximales (PIP) y de la metacarpofalángicas (MCP) de las manos, muñecas y rodillas, hinchazón difusa de manos y pies, y tenosinovitis. Las deformidades articulares son infrecuentes; el 10% de los enfermos presenta una deformidad de los dedos en cuello de cisne y una desviación cubital de las articulaciones MCP. Las erosiones son raras; se pueden observar nódulos subcutáneos. La

⁸ *Ibidem* pp. 95 -108

miopatía puede tener carácter inflamatorio. La necrosis isquémica de los huesos es una causa frecuente de dolor en la cabeza, la rodilla y el hombro en los pacientes tratados con glucocorticoides.

Cutáneas: La erupción malar (en alas de mariposa) es una erupción eritematosa fija, plana o elevada, que afecta a mejillas y puente de la nariz, y que con frecuencia afecta también a la barbilla y los pabellones auriculares. No existe cicatrización aunque pueden aparecer telangiectasias. También es frecuente un exantema maculopapuloso más difuso, que predomina en las zonas expuestas al sol y suele indicar una exacerbación de la enfermedad. La pérdida de pelo del cuero cabelludo suele ser irregular, aunque también puede ser difusa; en las lesiones del LES, el pelo suele crecer de nuevo pero no en la del lupus Eritematoso discoide (LEd).

Renales: Casi todos los pacientes con LES presentan depósitos de inmunoglobina en los glomérulos, pero solo la mitad padece nefritis clínica. Al comienzo de la enfermedad la mayoría de los enfermos se encuentran asintomáticos, aunque algunos manifiestan el edema del síndrome nefrótico. Los pacientes con nefritis proliferativa difusa presentan insuficiencia renal si no reciben tratamiento.

Sistema nervioso: En el LES puede afectar cualquier región del encéfalo, así como las meninges, la medula espinal y los nervios craneales y periféricos. Las alteraciones en el (SNC) pueden ser únicas o múltiples, y a menudo se producen cuando se observa actividad del LES en otros órganos y aparatos. Las cefaleas son comunes de tipo migrañoso o inespecífico. Pueden producirse crisis convulsivas de cualquier tipo. Las manifestaciones menos frecuentes comprenden psicosis, estados contusionales agudos, trastornos desmienilizantes, enfermedad cerebrovascular, alteraciones del movimiento, meningitis aséptica, mielopatía, mononeuropatía, o polineuropatía de los nervios craneales o periféricos, disfunción autonómica, polineuropatía desmienilizante aguda (Guillain –Barré), cambios del estado de ánimo, neuritis óptica, hemorragia subaracnoidea, pseudotumor cerebral y disfunción hipotalámica, la depresión y la ansiedad son frecuentes.

Hematológicas: En la mayoría de los pacientes con lupus activo se observa la anemia de las enfermedades crónicas. La trombocitopenia leve es también común; se observa trombocitopenia grave asociada a hemorragia y purpura en un 5% de los enfermos

Cardiopulmonares: La pericarditis es la manifestación más frecuente de lupus cardiaco; puede haber derrames que, en ocasiones producen taponamiento; la pericarditis constrictiva es infrecuente. La miocarditis puede causar arritmias, muerte súbita e insuficiencia cardiaca. La insuficiencia valvular (generalmente aortica o mitral) puede aparecer asociada o no a la endocarditis de Libman Sacks. El infarto al miocardio generalmente obedece a una enfermedad degenerativa, pero a veces está causado por una vasculitis.

La pleuresía y los derrames pleurales son manifestaciones frecuentes de LES. La neumonitis lúpica causa fiebre, disnea y tos. No obstante la causa más frecuente de infiltrados pulmonares en los pacientes con LES es la infección. La neumonitis intersticial con fibrosis se produce ocasionalmente. La hipertensión pulmonar representa una manifestación grave y poco común del LES. Los síntomas pulmonares, menos frecuentes pero con una elevada mortalidad, corresponden al síndrome de dificultad respiratoria del adulto y a la hemorragia intralveolar masiva.

Gastrointestinales: Los síntomas gastrointestinales más frecuentes consisten en náuseas, diarrea y molestias inespecíficas. Estos síntomas pueden estar causados por una peritonitis lúpica y a veces anuncian una exacerbación del LES. La vasculitis intestinal es la manifestación clínica más peligrosa y se presenta con dolor abdominal espasmódico de naturaleza aguda, vómitos y diarrea. La perforación intestinal es una de sus complicaciones y obliga a la intervención quirúrgica inmediata. Los enfermos con pseudooclusión padecen dolor abdominal.

Oculares: La vasculitis retiniana representa una manifestación muy grave, ya que puede terminar con ceguera en el plazo de unos días y requiere un tratamiento inmunodepresor intensivo. Las demás anomalías oculares comprenden conjuntivitis, epiescleritis, neuritis óptica y el síndrome seco.⁹

1.9 Investigaciones más recientes

⁹ Farreras Rozman, (Medicina Interna Vol. 1), Editor Doyma 2009 pp. 2248 -2251.

En un nuevo estudio publicado en *Science Translational Medicine*, los investigadores de la universidad de Florida, Gainesville, han descubierto, han descubierto que mediante la inhibición de ciertas vías metabólicas en las células inmunes que es posible combatir el lupus en ratones. Los investigadores de la UF Health pueden haber encontrado una manera de controlar el lupus cambiando la forma en que las células del sistema inmunológico usan a energía.

“El resultado más sorprendente de este estudio fue que la combinación de los inhibidores metabólicos eran necesarios para revertir la enfermedad” Dr. Laurence Morel, Universidad de Florida Colegio de Medicina.

Uno de los marcadores de lupus son las células T CD4 (células blancas de la sangre que activan otras células inmunes). Para las personas con lupus, el metabolismo de las células T es hiperactiva. Las células T hiperactivas implican un aumento de la inflamación, y esto significa más daño físico. Cuando los investigadores bloquearon el metabolismo de la glucosa mediante el uso de un inhibidor de la glucosa, la metformina (tratamiento común en diabetes tipo 2), las células T CD4 vuelven a la actividad normal (el metabolismo de las T CD4 se ralentiza) y los síntomas de lupus se invirtieron. “Si la célula T es normal, la enfermedad se pone mejor” dijo Morel.

El equipo de investigación inicialmente tuvo la idea de usar un ataque de dos frentes sobre el lupus después de ver un enfoque similar en la investigación realizada en el cáncer, dijo Dr. Laurence Morel, director de patología experimental y profesor de patología, inmunología y medicina de laboratorio en el UF college of Medicine.

“Si funciona para limitar el metabolismo de las células cancerosas, debería funcionar para limitar el metabolismo de las células T”. Dijo el Dr. Morel.

La eficacia de la metformina en la restauración de la función normal de las células T cuando se estudian en el laboratorio también es un buen augurio para su potencial aplicación en el futuro para el tratamiento de los pacientes con lupus.

“Eso sugiere que también podemos utilizar inhibidores metabólicas para el tratamiento de los pacientes”, dijo Morel. “Es la primera vez que se ha demostrado que se puede tener

un efecto sobre los síntomas y la manifestación del lupus mediante la normalización del metabolismo celular”

Los dos fármacos usados en la investigación en este estudio habían demostrado que inhiben las vías metabólicas, pero la combinación parece ser la clave del éxito.

“El resultado más sorprendente de este estudio fue que la combinación de dos inhibidores metabólicos eran necesarios para revertir la enfermedad, cuando se podía haber predicho, basado en modelos publicados por otras personas que uno solo iba a funcionar, dijo el coautor del estudio.

Dr. Laurence Morel, director de patología experimental y profesor de patología, inmunología y medicina de laboratorio en la Universidad de Florida College of Medicine.

Entre otros investigadores que trabajaron en el proyecto están: Dr. Eric S. Sobel, profesor asociado de reumatología e inmunología clínica; Dr. Byron P. Croker, profesor de patología renal y quirúrgico; y Dr. Todd Brusko, profesor adjunto en el UF Diabetes Institute, departamento de patología, inmunología y laboratorio médico.

Su investigación fue financiada por becas de el National Institute of Health y la Aliance for Lupus Research. La prueba en humanos se hará en 2015, se esperan resultados favorables ya que los ensayos en ratones fue un éxito.¹⁰

1.10 Resultados

El espectro clínico del lupus eritematoso sistémico (LES) es muy amplio y el curso evolutivo y su pronóstico dependen en gran medida del grado de afección de los órganos vitales. Normalmente evolucionan de forma crónica con periodos de actividad y remisión.

Aunque la mortalidad continúa siendo más alta que en la población general y la morbilidad debida al propio lupus y la derivada del tratamiento no es despreciable, el pronóstico ha mejorado en las últimas décadas. A ello han contribuido tanto un diagnóstico más precoz de la enfermedad, como una mejor adecuación del tratamiento.

¹⁰ <http://mitves.com/el-mundo-entero-celebra-esta-noticia-descubren-la-cura-para-el-lupus/#>

En el pronóstico de la enfermedad influyen múltiples factores aparte del grado de actividad de la enfermedad y las opciones terapéuticas. Se ha observado que una mayor edad de presentación se asocia con una mayor mortalidad. Las diferencias según el sexo son más controvertidas. Parece que en los pacientes varones tienen una menor supervivencia, salvo si existe nefritis, en cuyo caso se igualan ambos sexos. Los pacientes de raza negra tienen un peor pronóstico, al igual que los asiáticos y los hispanos, aunque los factores socioeconómicos constituyen un factor de confusión, restando importancia a los factores genéticos. En general, los pacientes de raza negra tienen mayor frecuencia de afección renal. Un nivel socioeconómico bajo constituye un factor independiente de menor supervivencia.

Mortalidad

En el primer estudio de supervivencia realizado en 1939 en pacientes con LES se hablaba de una supervivencia del 50% a los dos años. Una mayor precocidad en el diagnóstico y la disponibilidad y un mejor manejo de los tratamientos esteroideos e inmunosupresores, junto con la diálisis, el trasplante renal y los antibióticos, han conseguido una supervivencia a los diez años superior al 90% y superior al 70% a los veinte años. A pesar de este descenso en la mortalidad, esta es de tres a cuatro veces superior a la esperada en la población general con edad y sexo equiparables. Los pacientes con peor pronóstico, como ya hemos mencionado, son aquellos con afección renal o neurológica grave. Las causas más frecuentes de fallecimiento en el LES han cambiado a lo largo de los años. Actualmente más del 90% de los pacientes fallece, por orden de frecuencia, por complicaciones de la enfermedad renal, infecciones, enfermedad cardiovascular, fenómenos tromboembólicos, o vasculitis del sistema nervioso central. Las muertes por el propio lupus, con frecuencia por afectación multiorgánica progresiva, y las debidas a complicaciones infecciosas o vasculares, se están equiparando en la actualidad. Se han descrito una curva de mortalidad bimodal, donde las muertes precoces (LES de menos de dos años de evolución) son debidas a complicaciones del tratamiento, fundamentalmente

hipertensión, diabetes, hiperlipidemia o arteriosclerosis acelerada inducida por esteroideos, aunque en este último grupo también se han visto reactivaciones de la enfermedad.¹¹

En este capítulo se muestra lo que dice la medicina alópata, esta es una concepción de cómo se entiende el lupus desde la salud en la alopátia, en el siguiente apartado veremos otra concepción de cómo se entiende el Lupus desde otro concepto del cuerpo, dando otra mirada y abriendo el panorama para entender a profundidad esta enfermedad crónico degenerativa, pudiendo al final ofrecer una propuesta a esta problemática.

¹¹ *Ibidem* pp. 11- 113.

Capítulo II

2. UNA MIRADA ORIENTAL

Básicamente son tres las clases de enfermedades que pueden afectar al cuerpo humano, y se encuadran bajo las categorías de enfermedades físicas, dolencias mentales y deterioro espiritual.
CHEE SOO

El proceso de construcción de un individuo en la sociedad actual en que vivimos es bastante complejo, pues nos enfrentamos día con día a una visión sin coherencia en un mundo fragmentado, buscando siempre un culpable; si es a causa de una bacteria, a causa de los cuidados que se tiene, a causa de lo que se hizo o no se hizo y esa visión no nos permite ver mas allá de lo superficial, es en dónde nos vemos en la necesidad de conocer nuestro origen, nuestra identidad, ir al cuerpo no solo significa conocer el proceso de la enfermedad si no saber cómo es que lo construí, como es que el cuerpo lo construyó, este unico espacio que tengo y que es el cuerpo y es en donde esta la vida, de que me apropie y de lo que el cuerpo se apropio y a partir de una historia y una cultura que me atraviesa es que puedo conocer ese proceso que desencadeno o termino en una patología, es preciso saber que creamos una condición que se enraíza en el cuerpo y es entonces en donde todo lo que he vivido tiene su expresión, buscar la ruta de esa construcción es lo que ocupa este segundo capítulo, buscar una visión no fragmentaria; todo aquello que la alopatía no alcanza a explicar, mirar desde otros ángulos y encontrar a través de la ventana del documento vivo que nos permite hallar todas las respuestas que necesitamos, ese mapa de la vida: el cuerpo.

Un ser humano forma un todo que se articula con el universo, en donde se encuentra en perfecta armonía y equilibrio, cuando este equilibrio se rompe ya sea por emoción, alimentación, desequilibrio energético, transgeneracional, incluso algo más profundo como la cuestión espiritual, ocurre un desequilibrio con un impacto en el cuerpo, avisándonos de que algo no va bien, es aquí donde podemos buscar en el proceso de construcción del sujeto

sin excluir el proceso que el mismo cuerpo construyo para proteger y defender la vida, aunque éste mismo no este al margen de la consciencia racional de la persona.

Un padecimiento es una expresión corporal compleja, una respuesta que puede tener diversas lecturas; también es la posibilidad de descifrar los procesos que se han instalado en el individuo. Si solo consideramos el padecimiento como una señal de que el sistema se ha desequilibrado en términos homeostáticos, estaremos impedidos para pensar que en realidad es una expresión del individuo. En otras palabras, esto significa que el paciente continuará con la sintomatología e incluso logrará que los síntomas de su padecimiento crezcan, se estancuen o se hagan cada vez mas complejos, estableciéndose en el cuerpo con una expresión sin control, es decir, que los mecanismos de construcción internos quedarán desbordados por alguna emoción, o un sufrimiento conjugado con la sintomatología. La complejidad de sentir en el sujeto se cruza con su historia personal de sufrimiento y sus maneras de encauzar los padecimientos; esto es, en qué órgano instala su dolor, y si lo hace por una circunstancia temporal o por un proceso de autodestrucción. Las implicaciones de una y otra dan sus frutos en cuanto a las formas en que el cuerpo se va deteriorando conforme pasan los días.

Una vez enviada la respuesta de autodestrucción debemos decir que no hay vuelta de hoja, que la información ya esta en el cuerpo y lleva su ruta, y que ésta solo se puede revertir si es que se trabaja en el cuerpo, en lo personal pues ya se abrieron nuevos códigos al principio de defensa de la vida aunque esta misma apunta a códigos de destrucción, pues así es como se van construyendo las enfermedades autoinmunes, es un mecanismo que tiene el cuerpo de proteger la misma vida.

Respecto al dolor, acrecentarlo o hacerlo mas complejo está en función de los procesos personales sobre lo que significan las relaciones humanas o incluso lo que desea hacer el sujeto con su enfermedad.

Lo que se deriva de esta compleja relación es el proceso individual y los alcances que debe lograr el sujeto en su construcción personal: esta complejidad es parte sustancial de cómo un proceso se instala y se echa a andar en el cuerpo, lo cual tiene implicaciones diversas, pues sus expresiones se relacionan con la cultura del individuo o, si se quiere, con sus representaciones y significaciones, con la historia familiar y con otros procesos sociales e individuales.

La búsqueda de una solución a los padecimientos se ha convertido en una demanda de nuevas reflexiones y propuestas epistemológicas y, sobre todo, de una concepción del cuerpo que rebase las fronteras de lo instituido en la sociedad, también se requiere de una estrategia que

incluya en concepto de servicio al cuerpo. Es un problema de orden epistemológico filosófico e, incluso, ético, sobre el qué hacer con el cuerpo y sus implicaciones sobre la salud y las maneras de vivir y de morir. La profundidad de una discusión así replantea el sistema de vida en un cuerpo en la sociedad de nuestros días. La excusa son los padecimientos, que pueden ser de tipo histórico y en las sociedades contemporáneas esa idea de que las cosas deben ser para siempre y que los cuerpos se requieren transformar es prueba de ello. Esta ambición se lleva a la búsqueda de lo perdurable, de lo eterno, en el entendido de que los seres humanos pueden ser de cierta manera en las sociedades de consumo o altamente competitivas, en las que se puede encontrar una herencia de tipo genético y social. Se sabe que la cultura desempeña un papel importante en el proceso de construcción de un cuerpo humano: las maneras de hacer la vida se conjugan en la producción de formas de vida, y ese es el punto de partida para la representación de un individuo y para instituir lo que se deberá hacer con los descendientes. El ser humano es susceptible de ser construido, es hecho por los otros; y en ese sentido no podemos decir que sea autónomo. Los seres humanos tienen un proceso de construcción en el que interviene no sólo el estado, si no también las sociedades en sus relaciones intersubjetivas y la familia. En la particularidad del sujeto social, el individuo establece lo que elige: en unos casos la condicionalidad se establece y en otras él decide qué hacer con su cuerpo. Este proceso se puede rastrear en las relaciones familiares, pues por medio de ellas se dan las formas con que un sujeto establece su individualidad; se instituyen gustos, sabores, gestos, posturas, las maneras de comer, de dormir, y amar, entre otras mas.

Un individuo se construye mediante un proceso que incluye no sólo el ciclo homeostático, sino también otros elementos como el proceso histórico social, la familia y el plano individual. En este último hay a su vez otros procesos que implican un establecimiento, un reordenamiento y una transformación de la red interna de los órganos. El proceso de cooperación para alimentarse u obtener los nutrientes de los alimentos se conjuga con la distribución de los mismos a los diferentes órganos y la eliminación de los desechos, pero la cadena no termina ahí, ya que la red de funcionamiento de los órganos se articula con los procesos emocionales del individuo. Una emoción puede producir cambios en el interior del cuerpo y expresarse en forma de síntomas o padecimientos. Esta construcción órgano –emoción tiene una forma horizontal recíproca, es decir, puede surgir primero la emoción y después expresarse en el órgano, o a la inversa, el órgano y su manifestación pueden traducirse en un estado emocional. Este proceso interno no es autónomo, se articula con las formas y estilos de vida de un individuo, así que no todas las personas tienen la misma forma de relacionar sus emociones con los órganos lo cual significa que el dominio en el cuerpo de un órgano o una emoción no está predeterminado. El proceso de construcción de un padecimiento ayudará a comprender lo que señalo. Cuando una persona se enoja puede tener una memoria corporal mecanismos para enfrentar el enojo: le es indiferente, le da diarrea, le duele los huesos, le da dolor de cabeza, se

le sube la presión arterial, le da un cólico estomacal o se le inflama el colón. La Relación puede ser directa o irse almacenando, lo cual implica una condicionalidad: enojo igual a equis manifestación. Esta respuesta se presentará con sus variantes sin mayor complicación, pero cuando la persona tiene otras implicaciones en su cuerpo –por ejemplo si es propensa a un infarto-, las consecuencias pueden ser severas o sobrevivir la muerte. Un enojo puede modificar el funcionamiento del páncreas y se puede impedir la producción de insulina, lo que redundaría en que sea diabético; en otro caso producirá hipertensión, que puede devenir en embolia o trombosis, dependiendo de los niveles de triglicéridos y colesterol. Las emociones pueden repercutir en el cuerpo; sus relaciones con la red de funcionamiento pueden alterarlo o impedir que una persona establezca a voluntad su estado emocional; cuando se da un crecimiento interno las maneras de ser y de sentir entran en crisis ante los cambios y acomodos; por eso los padecimientos son la expresión de los cambios internos en la red de cooperación. La emoción y sus implicaciones tiene dimensiones profundas en cuanto a las maneras en que se instalan en el cuerpo. La complejidad de una emoción y su recorrido no pueden explicarse con el ciclo homeostático, ni con la expresión de lo somático o psicosomático, porque no es una clasificación, si no la concreción de un proceso que avanza y se va transformando desde el momento en que se instala en el cuerpo. De allí la complejidad de un diagnóstico que busca establecer los límites de un padecimiento. No es necesario recorrer este camino para comprender el proceso de una enfermedad psicosomática.¹²

Entendiendo entonces que no se puede generalizar de un paciente a otro, es decir que cada paciente tiene su propio proceso de construcción personal, en base a lo vivido, todo lo que está afuera está adentro y viceversa, el hecho de que tengamos a ciertos gobernantes también influye en el cuerpo de los individuos en una nación, puesto que el sistema está diseñado para crear ciertas demandas, como son enfermedades para las cuáles ya se tiene un mercado de medicamentos exclusivos para tratar al paciente, volviendo al cuerpo parte de un sistema mercantil, sumado a esto, la atención de la persona con respecto a su cuerpo, si lo que cultiva apunta más a la muerte o a la vida y su manera de concebir su existencia, la manera de sentir, de relacionarse con los otros, en cómo ha aprendido a vivir y cuidar eso que tiene en el interior y que es la vida.

Aunque tengamos a dos pacientes con la misma enfermedad, encontraremos que hay diferencias enormes, ya que como bien se menciona depende de lo que el sujeto vivió y

¹² López Ramos Sergio, *“La construcción de lo corporal y la salud emocional”*, México Editorial los Reyes 2013, pp. 125 – 127

construyó, en dónde lo instalo y en base a que emociones entretejidas junto con todo un estilo de vida orillo al cuerpo a crear condiciones necesarias para sobrevivir.

El cuerpo humano es el espacio que permite lanzar avisos de alarma a los individuos. Su intrincada red se pone en alerta cuando la vida está en riesgo, manifestando desde su interior las razones que indican qué se puede hacer para salvarse. Esta sociedad presenta todo un mundo de posibilidades para construir desde el espacio interior del cuerpo, donde es importante la memoria desde la concepción del individuo por las experiencias físicas y emocionales que lo marcan en la vida adulta y que condicionan maneras de ser y actuar. Así cambiar esa memoria demanda un trabajo que permita mover las experiencias que definieron esos estilos de vida o maneras de ver el mundo. El problema se agrava si consideramos que tanto órganos como emociones están involucrados en el espacio corporal –de hecho, no podemos hablar de los procesos corporales sin ellos-; esta unidad es indisoluble y demanda un trabajo que toque los procesos internos para transformar esta relación órgano – emoción que como dijimos, se relaciona con la memoria social y familiar de las personas.

El cuerpo es un prófugo de la sociedad de consumo, un prófugo que lucha por conservar la vida en el interior. Existe una realidad en nuestro tiempo que consume el proceso interior, no lo hace crecer, no lo hace evolucionar, sólo se intenta adaptar y sobrevivir. La realidad corporal es una complejidad que no podemos explicar con la biología de la vida, es preciso recurrir a la realidad artificial que han construido las culturas de los pueblos para dar cuenta de ese movimiento interior que cambió nuestra dinámica o nos mantiene en un proceso de construcción; es decir, se consruye permanentemente desde la mente, desde la razón, motivo suficiente para comprender que los cuerpos se mueren o se enferman más rápido desde los procesos emocionales que desde los orgánicos. Esto implica un proceso espistemológico distinto para comprender esta vida expresada en los cuerpos de hoy: la vida vista así, no es nada romántica. La memoria es la expresión de una mente que se mueve en el pasado y se lanza al futuro, pero con una angustia ante la amenaza de muerte.

La amenaza que viven los cuerpos humanos es una realidad, no verla implica estar inmersos en ese marasmo de lo moderno, de lo competitivo, de la alteración de todos los órganos, sistemas y glandulas que tiene su efecto en zonas diversas. El cuerpo es el espacio más descuidado por los individuos (que tiene un nombre, un número filial, una familia, hábitos, etc), y para comprobarlo solo basta ver sus padecimientos provocados por el abandono. Así nos enfrentamos a los cuerpos que buscan salidas a una vida artificial, a un proceso que se ha construido por siglos y que construye metarrealidades, un cuerpo artificial que se contradice a los deseos y las voluntades.

Nosotros partimos de que la idea de la vida se manifiesta en el cuerpo, es decir, la vida está en el sujeto, esa es la y su vida, no tiene otra, y eso nos conduce al cómo se conceptualiza y vive

ésta. Si tomamos en cuenta los millones de años del proceso de construcción de la vida, veremos que estamos ante una expresión compleja y sublime, dónde las células se expresan como la última de las evoluciones que han cambiado y dado sentido a un cuerpo que se manifiesta en las organizaciones sociales y climáticas del presente. La vida en el cuerpo se manifiesta sin la conciencia, es decir, la vida se mueve al margen de la conciencia y los deseos de los seres humanos y esto difiere de la concepción que ve a la evolución como un proceso dónde solo el más fuerte sobrevive. Bajo esta lógica, no es la competencia el principio rector de la supervivencia, si no la creación de redes de cooperación que favorezcan la existencia en el planeta, de ahí la idea del inglés Lovelock de concebir a la Tierra como un ser vivo. Sin embargo, nosotros queremos reflexionar desde el principio tangencial del cuerpo humano, pues la vida hace su trabajo ante la presión y somentimiento de los estilos que amenazan la existencia del cuerpo.¹³

Es por esta razón que el lupus debe ser visto con otra mirada que pueda darle voz al cuerpo, buscar dónde es que la vida se vio amenazada e intento protegerse así misma, creando rutas que muchas veces no son lo mejor para la supervivencia del sujeto, pero que el cuerpo crea ante una necesidad de escape a lo que le esta agrediendo.

La propuesta de la autopoietica de Vaerla y Maturana nos dice que las células se han organizado en cooperación para poder dar mantenimiento a un principio: la vida. Esto rompe con la concepción de que los organismos vivos son una máquina. En otras palabras, las células y los organismos son autosuficientes, autosustentables es decir, pueden generar sus propios mecanismos de economía energética y mantenerse con vida por largos periodos. Así la vida es algo que se mueve al margen de la conciencia humana, y qué bueno que así sea.

... En este sentido entonces, el cuerpo es la expresión de la vida, por tanto construye opciones para protegerla.¹⁴

Viendo desde este enfoque al cuerpo, se entiende que no es una máquina ni mucho menos un objeto al cual se le puede quitar, poner, modificar, si no que cada célula del mismo tiene una función a realizar que va en pro de la vida y que cuando se ve amenazada intenta protegerse de aquello que la pone en riesgo, es por eso que muchas veces no nos damos

¹³ López Ramos Sergio, metodología del aprendizaje por medio del cuerpo, Universidad Nacional Autónoma de México, México 2014. Pp. 22, 24, 25

¹⁴ Ibidem pp. 26, 27

cuenta de estos procesos hasta que ya llegaron a una sintomatología mayor pues puede tardar tiempo en que se vaya dando el proceso de construcción que realiza el cupero y en algunos casos cuando se detecta la enfermedad ya está en un estado bastante agravado. Lo que lleva a pensar como una célula que esta perfectamente hecha para vivir 400 años se esta consumiendo en mucho menos tiempo, preguntandonos qué es lo que estamos haciendo los seres humanos que agotamos esta energía vital tan rapidamente y como es que éstos concibiendo a la vida y al cuerpo. Si se observa que en las grandes urbes se vive de una manera en donde se nos inculco que se debía vivir donde se hiciera un drama con las emociones, en donde la comida saborosa era aquella que llevaba picantes, sales, harinas y refinados, en donde estamos siendo los deseos del otro, nos puede indicar que ademas de que el cuerpo construye estos procesos para defender la vida, con nuestras elecciones y hábitos cotidianos nosotros aceleramos este proceso pudiendo entonces entender que los casos de lupus hayan aumentado en las ultimas décadas, pues simplemente las emociones son algo muy delicado que no se puede tomar a la ligera y a las cuales se les debe tener mucho respeto ya que entre más se estudian mas se puede notar la importancia de conocerlas y aprender a no abusar de ellas.

La emoción tiene una ruta de viaje dentro del cuerpo, esta ruta nos interesa conocer ya que al articularse con la alimentación, las formas de apropiación y de expresión que el sujeto elige dentro de una cultura es lo que definirá en el cuerpo su propio proceso de construcción.

Lo orgánico y lo emocional se entrecruzan y se convierten en un nuevo espacio al interior de nuestros cuerpos, y esta unidad órgano –emoción se convierte en una nueva realidad corporal que se enfrasca en una lucha por la conservación de la vida. Para nosotros esto es una “protesta” del cuerpo ante los estilos de vida que lo ubican en un punto sin retorno, en una sociedad competitiva que no busca preservar la vida, sino la atomización, la fragmentación y la competencia ¿Cómo leer este proceso sin negar los retos que planetan para nuestros cuerpos los nuevos estilos de vida que envilecen las relaciones humanas y de trabajo? Las implicaciones puede ir de lo exógeno a lo endógeno, e incluyen nuestra relación con el planeta.

Las situaciones estresantes y neuróticas de las sociedades modernas desembocan a menudo en problemas como la desintegración familiar, el consumo de drogas, las relaciones de codependencia y autodestrucción, o la enfermedad como un recurso para no enfrentar esta nueva realidad.¹⁵

2.1 Origen (mamá, papá, Tierra y cuerpo)

*El espíritu humano se alejó del espíritu de la tierra y se ha creído
que puede existir sin ella; sin duda es una dosis muy concentrada
de soberbia
Sergio López Ramos.*

El ser humano esta conectado a un universo, una Tierra que es la madre de nuestros papás y de los papás de nuestros papás y así en toda nuestra genealogía de todos los que habitamos este planeta, creamos una conexión irrompible con vínculos que nos unen a nuestros antepasados, el agradecer a nuestros padres que nos dieron la vida es un acto de amor y agradecimiento a nuestro propio origen, agradeciendo así también a la madre Tierra que es la que nos dio la vida a todos los seres de este planeta.

UN DÍA AMOROSO

Siempre que me despierto, doy gracias. Es una costumbre que me enseñó el maestro. Decía que la ingratitud se vencía con dar gracias.

Era un sábado por la tarde. Después de la una pagaban en la carpintería donde trabajaba. Mi pago era de catorce pesos. Di las gracias al maestro Tomás y me fui muy contento en la bicicleta. Llegué a casa vi a mi madre y le pedí que cerrara los ojos y extendiera su mano. Puse siete pesos en su palma abierta. Todavía puedo ver su cara de asombro.

- ¿Y eso por qué? –me pregunto.
- Usted recíbalo. Es para usted, mamá –le contesté.

Sentí que algo dentro de mí se movía. Era una mezcla extraña de ganas de abrazarla, de decirle que la quería mucho y agradecimiento por haberme traído en su vientre, nueve meses, y aparte por todo lo demás, como limpiarme la cola, bañarme, darme de comer, permitirme mamar de sus senos, mandarme a la escuela, o lavarme la ropa. Sólo deje salir algunas lágrimas y ella me abrazó.

- Ándale, cabrón –me dijo en ese abrazo-. Ójala dios te dé más.

¹⁵ López Ramos Sergio, “*Lo corporal y lo psicossomático, Aproximaciones y reflexiones VII*”, CEAPAC, Mexico 2011, Pp 15 – 16

Ese día me sentí grande, responsable, supe de dónde era, de esa mujer que nunca esperó nada y todo lo hacía por amor. Sin duda el maestro tenía razón. Me había pedido que le diera la mitad del sueldo a mi madre.

- ¿Por qué? –Protesté-. Si yo soy el que trabaja. No es justo, yo tengo mis planes...
- Tú lo tienes que hacer porque de lo contrario no volveré a verte nunca, ¿me entiendes?

Sentí que algo se rompía o quería romperse adentro.

Lo miré a los ojos y vi en ellos la plena determinación de lo que decía. Entré en conflicto. Me gustaba mucho el dinero, y más si yo me lo ganaba con mi sudor. Desprenderme de la mitad era doloroso. Pero no duró mucho el conflicto, se acabó aquel mismo sábado. Y creo que fue el gran paso para crecer en el mundo material.

Ese mismo día fui a ver al maestro. Estaba sonriente.

- “¡A que lo hiciste, hermano!”, me dijo nada más al verme llegar. Sólo sonreí y lo abracé. Así se hace, nunca se duda de esa acción con la madre. Yo sé que te digo. Aunque te diré que te falta tu padre. A él sólo le vas a agradecer que te dio la vida y de vez en cuando le darás para su cerveza, ¿estamos de acuerdo?, me dijo mientras despeinaba mi pelo que quería hacerse chino. Yo tenía 14 años.

Desde los 9 le daba dinero a mi mamá, pero ahora eran catorce pesos, un dineral para mi edad. El maestro carpintero me contrató como ayudante. Le di dinero a mi mamá hasta el último día en que falleció por un cáncer de estómago. El maestro me enseñó que ese acto era el mejor pasaporte para lograr lo que se quiere en la vida.

Él decía que lo que damos de corazón la vida nos lo regresa en miles o millones. Claro que no era necesario, nunca podre pagarle a mis padres lo valioso que es tener la vida en un cuerpo como éste...

...Algo bullía en mi interior, conocí el acto de amor sin interés, sin esperar nada. Sólo le di el dinero y al hacerlo pude entender las dos caras de la moneda: la gratitud y la ingratitud...

...También comprendí que el mundo interior se conecta con el universo, con el orden de las cosas que no tiene orden. Esta es la paradoja de la existencia en la Tierra. Por eso el maestro me dijo que tenía que tener gratitud con el planeta y me pidió que plantara un árbol, que hiciera el hoyo con mis manos y al hacerlo le dijera a la Tierra que le agradecía por ser la madre de mis padres, la mía y por supuesto la del maestro. Cuando lo hice mi corazón latía con fuerza y una sensación, de placer –gusto recorría mi vientre, lo cual desembocó en llanto, no deje de hacer el hoyo, le puse sus nutrientes, como me dijo mi padre. Él sabía de eso, me dijo que tenía que ser en época de lluvia y el árbol creció...

... Ahora tenemos que hablar de cosas muy importantes. Todo lo que has hecho no sirve si no ves tu cuerpo. ¿Te quieres hermano?

-Sí

-¿Cuándo fue la última vez que hablaste con tu corazón?

No supe que decir, me vio con ojos de compasión, lo interprete como un “pobre muchacho”. Hasta ese día supe que era sentir amor. Antes era un animalito que quería tocar, penetrar, arrejuntar. Vivía en mis instintos como un buen ser humano formado en la cultura del consumo. Me pidió que me sentara en el piso y cerrara mis ojos, respiré, hondo y ahí sentí que me introducía a mí cuerpo. Era un viaje con ojos abiertos. Pude ver todo lo que soy. Abrí los ojos asustado. El maestro sonrió al ver mi cara....¹⁶

Ésta parte es vital para entender como una enfermedad se instala en el cuerpo y como es que podemos revertirla lo cual se ahondara profundamente en la parte de la propuesta, es de gran importancia conocer como estamos con el origen de nuestra propia vida, el ir a lo que somos y de dónde venimos, nos hace plantarnos en el aquí y el ahora y saber hacia dónde vamos, el tener los cimientos fijos y firmes nos hace poder construir sobre una base sólida, pero si ésta no existe nada se puede construir en un cimiento sobre agua, necesitamos conocer no solo nuestro origen inmediato, también el origen de nuestra existencia humana, tener gratitud hacia la misma vida y saber que muchas veces una enfermedad se construye en el proceso mismo de defender la propia vida, así al agradecer a nuestros padres, a nuestro cuerpo y a la madre tierra es poder abrir ese mundo que está en nosotros y poder volver a unirlo o articularlo con el universo, darnos cuenta que “el cuerpo es el único espacio que tenemos para construir” y hacer que el espíritu crezca.

En la teoría oriental esto lo ahondamos mas al hablar de dos fuerzas existentes, el yin y el yang que dice:

La teoría de Yin Yang sostiene que todo fenómeno o cosa en el universo conlleva dos aspectos opuestos: yin y yang, los cuales se hallan a la vez en contradicción y en interdependencia. La relación entre yin y yang en la ley universal del mundo material, principio y razón de la existencia, de millones de cosas y causa primera de la aparición y desaparición de toda cosa.

La teoría del yin-yang se compone principalmente de los principios de oposición, interdependencia, crecimiento y decrecimiento en intransformación del yin y el yang.

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. Los antiguos usaban

¹⁶ López Ramos Sergio, “*Para ser maestro hay que ser discípulo*”, Editorial Los Reyes, México 2013, pp. 38-42

el agua y el fuego para simbolizar las propiedades básicas del yin y el yang. Es decir las propiedades básicas del yin son similares a las del agua (frialidad, oscuridad, tendencia a fluir hacia abajo, etc.); mientras que las propiedades básicas del yang son similares a las del fuego (calor, brillo, tendencia hacia arriba, etc.). De esto se puede inferir por analogía que cualquier cosa que tenga las características de quietud, frialidad, inferioridad (dirección hacia abajo), interioridad (dirección hacia adentro), oscuridad, astenia, inhibición, lentitud, substancia, etc. Pertenece al yin, mientras que toda cosa que tenga las características de movimiento, calor, superioridad (dirección hacia arriba), exterioridad (dirección hacia fuera), brillo, vitalidad, excitación, rapidez, insubstancialidad, etc. Pertenecen al yang.

Ya que la naturaleza de una cosa existe sólo por comparación de su naturaleza yin-yang y además esa cosa puede dividirse infinitamente, de ningún modo es absoluta, sino relativa. Bajo ciertas circunstancias las dos fuerzas opuestas de una cosa pueden cambiar, de modo que la naturaleza yin-yang de una cosa también cambia. Así pues existen estados en que yin esta dentro de yin –yang dentro de yang, y yang dentro de yin. Este concepto concuerda con la realidad objetiva.¹⁷

El significado original del ideograma chino que representa el «Yin» es el de «la ladera umbría de una colina». Representa la oscuridad y la pasividad, y se asocia con las cualidades de receptividad, flexibilidad, blandura y contracción. Se mueve hacia abajo y hacia adentro, y sus símbolos principales son la mujer, el agua y la tierra. «Yang» significa la solana o «ladera soleada de la colina», representa la luz y la actividad, se asocia con la resistencia, la dureza y la expansión, se mueve naturalmente hacia arriba y hacia afuera, y sus símbolos son el hombre, el fuego y el cielo.

El Yin y el Yang son fuerzas mutuamente dependientes, constantemente interactivas y potencialmente intercambiables. A pesar de su polaridad, ambas contienen en su interior la semilla embrionaria de la otra, como se ilustra en el conocido círculo Yin/Yang. El círculo en sí representa la Fuente Suprema, medio Yin y medio Yang, y en el interior de cada mitad crece un punto de la contraria. El límite entre las dos, en forma de «S», indica que sus fronteras nunca son fijas. Siempre que el constante crecer y menguar de las energías polares conduce a un exceso crítico de una u otra, esta se transmuta espontáneamente en su opuesta. Un buen ejemplo de esta transformación lo vemos cuando el agua (Yin) absorbe tanto calor (Yang) que se transforma en vapor (Yang) y asciende hacia arriba (dirección Yang).¹⁸

¹⁷ Obra recopilada por: Instituto de la medicina tradicional china de Beijing, y otras, “*Fundamentos de acupuntura y moxibustión de china*”, China Beijing, 1990, pp. 3-5

¹⁸ Reid Daniel, “*El Tao de la Salud el Sexo y la larga vida*”, Ediciones Urano, Taiwán Octubre 1988. Pp, 17

Esta teoría del yin y el yang explica que hay dos fuerzas en el planeta, que existe una en relación con la otra y las dos dentro de las mismas, es decir todo yin tiene parte yang y todo yang tiene parte yin, que por lo consiguiente también están en relación dentro de nuestro cuerpo y en toda la naturaleza, es importante conocer acerca del yin y el yang porque dentro de muchas otras cosas es lo que nuestros padres representan dentro y fuera de nuestro cuerpo, dándonos así el equilibrio perfecto de armonía, al igual que la dualidad en todas las cosas de este universo, es por eso que sin entender que no puede existir la noche sin el día, o el frío sin el calor, masculino sin el femenino, no podríamos entender lo complejo que significan nuestros padres al interior de nuestro cuerpo y de nuestra propia vida.

Al nacer nuestros papás también nos heredaron algo más que sólo genes, nos heredaron además algo llamado Qi genético:

Una premisa básica de la medicina tradicional china directamente derivada de la filosofía taoísta, es que todas las formas de vida del universo están animadas por una fuerza vital esencial denominada Qi, además de “energía” Qi significa literalmente “aliento” y “aire”. Al igual que el propio Tao, el Qi es invisible, silencioso, sin forma..., pero lo impregna todo.

Dentro del sistema humano, el Qi adopta muchas formas distintas. La forma más elemental se llama yuan Qi, literalmente «energía primordial». Esta denominación hace referencia al estallido original de energía pura que se produce en el momento de la concepción e infunde la vida en el feto contenido en la matriz. Yuan Qi puede compararse a la energía potencial almacenada en una batería. Esta energía comienza a disiparse en el instante mismo del nacimiento, y la velocidad de disipación en cada individuo determina la duración de su vida. Un motivo de que los niños sean- tanto más activos y enérgicos que los adultos es que todavía no han contaminado ni disipado su energía original en la misma medida que éstos. Eso explica también que la mala alimentación y la mala respiración no produzcan en los niños unos síntomas tan graves como en los adultos, ya que aquéllos aún están protegidos por sus poderosas «baterías» primordiales. Pero al recurrir a estas baterías para compensar la mala nutrición y otros hábitos negativos, aceleran la velocidad de disipación de la energía y siembran las semillas de una debilidad crónica en la edad adulta. Yuan Qi puede tonificarse y cultivarse por medio de la dieta, hierbas, respiración correcta, vida sexual regulada y otras disciplinas

taoístas que tienden a «recargar» las baterías primordiales, disminuyendo la velocidad de disipación y, por tanto, prolongando la vida.¹⁹

Es por eso que el agradecimiento a mamá y papá por darnos la vida es de vital importancia, gracias a ellos somos lo que somos es decir tenemos un cuerpo con vida, podemos sentir, vivir, respirar, disfrutar de comer, enamorarnos, mirar y ver un atardecer, viajar, dormir, todo lo que somos en este cuerpo lo tenemos que agradecer y valorar, la mejor forma de hacerlo es cuidándolo, viendo que le damos, que nos llevamos a la boca, como respiramos, con que lo alimentamos y como hacemos crecer al espíritu y no solo al cuerpo, entre otras cosas el ser agradecidos con ellos nos abre un mundo de posibilidades al interior y al exterior por eso conocer también esta energía que se encuentra en nuestros riñones llamada Qi, es clave importante para comprender la energía vital y con esto la enfermedad del lupus, así como todas las enfermedades crónico degenerativas, inclusive el cáncer, más adelante retomaremos a fondo el tema del Qi relacionándolo con la alimentación y podremos ver como muchas de las entrevistadas tuvieron una carencia en este aspecto, comprender qué es una energía que tenemos para toda la vida y que la agotamos en esta sociedad actual de consumo en la que vivimos nos permitirá replantearnos, en qué es que estamos gastando realmente nuestra energía vital y si bien cabe decirlo, vale la pena o no. Se explica el yin yang y el Qi para poder entender el siguiente apartado; y a la vez ir entrelazando en nuestra propia historia personal ésta teoría con lo que hemos vivido, para poder darnos cuenta de cómo es que empezamos a construir una enfermedad crónico degenerativa en el cuerpo, o en que momento fue que el cuerpo lo construyo o como dirían los orientales un “desequilibrio”.

2.2 La teoría de los cinco elementos

Se presenta aquí la teoría de los cinco elementos, una teoría explicada desde una visión no fragmentaria, en dónde cada elemento de la naturaleza en este planeta esta relacionada al interior de nuestro cuerpo con cada uno de nuestros órganos y con cada emoción correspondiente a cada órgano, en el entendido de que todo lo que ésta adentro, también ésta afuera y viceversa.

¹⁹ Reid Daniel, “*El Tao de la Salud el Sexo y la larga vida*”, Taiwán Octubre 1988 pp. 26.

En la cosmovisión china, los cinco elementos que componen el cosmos son madera, Tierra, Fuego, metal, y agua. Cada uno de ellos se relaciona con los órganos y las vísceras del cuerpo en la lógica del macrocosmos –microcosmos, dónde lo que sucede en el exterior tiene implicaciones en el interior de todos los seres vivos. El espectro que se abre ante esta lectura nos pone en la comprensión del cuerpo con otros ojos, porque la alimentación, la cultura, el exceso de vida sexual, el trabajo y las emociones desempeñan un papel importante en el proceso de construcción y deterioro del cuerpo humano.

La teoría de los cinco elementos establece una relación órganos –emociones que se agrupa así:

Tabla 4 Teoría de los cinco elementos.

| Elemento | Órgano | Emoción |
|----------|----------------------------|----------|
| Madera | Hígado/vesícula biliar | Ira |
| Fuego | Corazón/ Intestino delgado | Alegría |
| Tierra | Estómago/bazo páncreas | Ansiedad |
| Metal | Intestino grueso/ Pulmón | Tristeza |
| Agua | Riñón/ vejiga | Miedo |

Todos ellos coexisten en tres tipos de relación: intergeneración, interdominancia y contradominancia. En la primera encontramos el origen de las cosas, es una relación primigenia donde la continuidad de una relación entre los órganos y las emociones hace imposible pensar en autonomía. Tampoco podemos fragmentarlos y hablar sólo de un órgano o de una emoción: se puede afirmar que es una relación de madre hijo, de hijo-madre, tío y hermanos. Es una continuidad lógica, por ejemplo: la madera precede al fuego y éste a la Tierra. Así ésta relación permite encontrar los vínculos entre los órganos o la cooperación en la obtención y almacenamiento de la energía vital del cuerpo por medio de los alimentos, la respiración, el sol, el agua, etc.

En la segunda relación de -interdominancia- encontramos un cambio en la relación. Ahora podemos ver que la madera domina a la Tierra y la tierra al agua, y el agua al fuego, esto significa que la relación al interior del cuerpo no siempre es la misma. Si lo ejemplificamos con las emociones, encontramos que ira de hígado domina a bazo-páncreas/estómago, que a su vez domina al miedo de riñón y afectará la alegría de corazón/intestino delgado. Las implicaciones llegarán hasta pulmón/intestino grueso y dominará la tristeza y la melancolía en el cuerpo. La ira retornará a hígado/vesícula biliar y podrá tener efectos diversos en la persona: dolores de cabeza, diarreas, artritis, diabetes, etcétera.

La tercera y última relación entre los elementos –la de contradominancia- es contraria a toda lógica: el fuego de corazón/intestino delgado puede consumir el agua de riñón, lo que traducido al plano emocional significa que la alegría puede dominar al miedo y éste tiene implicaciones en la ansiedad; el pensamiento, que corresponde a estómago/bazo-páncreas, lo puede bloquear, pero también puede dominar a la ira de hígado/vesícula biliar que, a su vez, domina a la tristeza y la melancolía del pulmón/ intestino grueso.

Estas tres relaciones se suscriben a una concepción del mundo que sostiene que lo que sucede en el exterior tiene implicaciones en el interior del cuerpo. Un microcosmos no es autónomo, no es libre de las inclemencias de una geografía ni de la presión de una cultura que impone una lengua, un sistema de alimentación, un estilo de trabajo y maneras de vivir las emociones. La construcción social de un proceso cultural va más allá de ésta condición externa. Sus consecuencias serán en un órgano o una emoción que se convertirá en un estilo de vivir y sentir en las personas. Se hará algo natural y normal en el espacio familiar, por eso encontramos familias con patologías compartidas, desde la abuela hasta el bisnieto.²⁰

El saber en que relación se encuentra el paciente, permite saber que tipo de enfermedad construyo y por tanto la gravedad de ésta, en la primera nos habla de que se encuentra en armonía y cooperación de un órgano con otro, entonces todo fluye y marcha bien, en la segunda relación nos habla de que hay una interdominancia de un órgano con respecto a otro, el cuál no está cooperando con la red para mantener el equilibrio, es aquí donde encontramos las enfermedades crónico degenerativas como lo es el lupus; cuando la persona ya se encuentra en una fase de contradominancia hablamos de que ya no hay una cooperación en el interior, de ningún órgano con otro, aquí es donde encontramos a las enfermedades como el cáncer y en donde un órgano hijo ya domina a un órgano padre o madre.

²⁰ López Ramos Sergio, “*Lo corporal y lo psicossomático Aproximaciones y reflexiones VII*”, México 2011, pp. 254-256

La teoría de los cinco elementos es de mucha ayuda y es de base para conocer el proceso a través del cual construimos una enfermedad, pues aquí es donde podemos buscar hacia dónde se dirige la ruta de la emoción de acuerdo al diagrama que se presenta a continuación, al hacer el diagnóstico con este esquema podemos ejemplificar mejor lo antes mencionado y ver hacia donde avanza la emoción y con que otro órgano podemos ayudar a ese que está siendo egoísta a su vez con otro órgano.

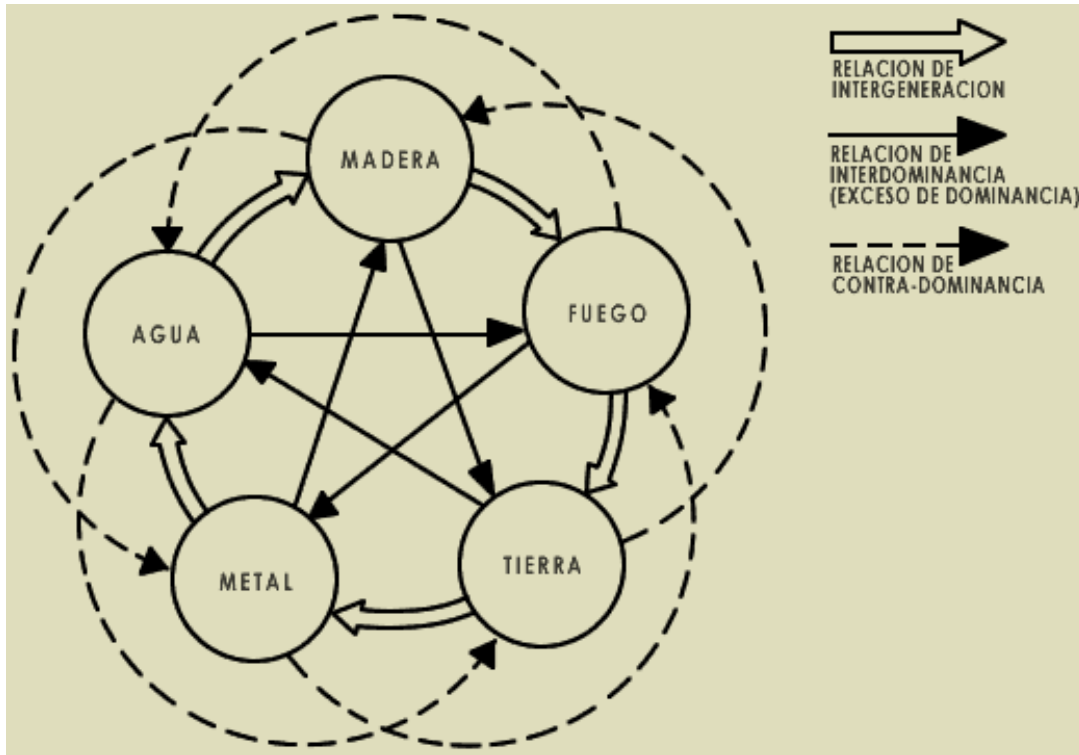


Figura 1. Relación entre los 5 elementos.

Fuente: Google/imágenes.

Si seguimos esta visión, rompemos por completo el esquema alópata que nos habla de una herencia genética y que por eso se tiene una predisposición a sufrir de ciertas enfermedades, con esta visión vemos que nosotros somos los responsables de cómo es que nos apropiamos de una emoción o que el cuerpo en un determinado hizo su trabajo para defender la vida aunque esta construcción en pro de defenderla no siempre sea lo adecuado para el sujeto o no la preserve y que éste va en relación al cuerpo y a su órgano en cuestión, ligado también a sus vísceras y a ciertas partes del cuerpo, en función de todo lo antes

mencionado, de cómo es que nos formamos y construimos en una sociedad, en una cultura, en una historia, en una alimentación, en una manera de apropiarnos de estilos de vida, de estilos de crianza, en nuestras maneras de concebir la vida y la muerte, el amor, la familia, incluso lo que ocurrió en la familia antes de que nosotros nacióramos.

Fuego: Alegría e histeria. El corazón y el intestino delgado son las fuentes internas de la alegría. Cuando el corazón está equilibrado y funciona bien, nos es más fácil experimentar alegría en nuestra vida. Cuando el corazón y el intestino delgado están funcionando mal, nos resulta difícil, y a veces imposible, encontrar alegría en la vida. Cuando los sanadores orientales se encontraban con una persona que sufría de infelicidad crónica, reconocían que en la vida de esa persona no había nada que la estimulara, nada que le ofreciera una nueva dirección. No había fuego en su vida. Por lo tanto, los sanadores le trataban el corazón, el elemento fuego.

En ocasiones, el elemento fuego puede estar excesivamente estimulado, y en ese caso experimentamos histeria: desenfrenadas demostraciones de emoción, totalmente descontroladas. Esto también indica un grave desequilibrio del elemento fuego, que hay que tenerlo en cuenta si se quiere sanar el trastorno.

Tierra: Racionalidad y simpatía, comprensión y compasión romántica. Cuando el bazo está estimulado en exceso (generalmente por exceso de azúcar y alimentos dulces) la persona suele ponerse sentimental y excesivamente compasiva, hasta el punto de debilitar a los demás.

Cuando el bazo está fuerte, hay una comprensión y compasión profundas de los demás, pero no un sentimentalismo dulzón. Esta persona sabe cuándo otra necesita afectuoso apoyo y cuándo necesita cierta disciplina.

Metal: Aflicción. Todo el mundo sufre alguna vez de tristeza en la vida. Al parecer, es una parte necesaria del ser humano. Pero es importante mantener en perspectiva nuestra tristeza y aflicción y no aferrarnos a ellas si queremos llevar vidas productivas. Cuando la persona se aferra a su aflicción, generalmente hay problemas de intestino grueso. Al mejorar la salud de este órgano, mejoramos nuestra capacidad para liberarnos de las emociones innecesarias y para continuar con nuestra vida. Por lo tanto, para tratar la aflicción, trate el intestino grueso y anime a la persona a liberarse del dolor que persiste.

Agua: Sorpresa y temor. Es bastante sabido que el estrés y el temor son destructivos para los riñones y glándulas suprarrenales. El estrés o el temor crónicos pueden dañar los riñones. Cuando están débiles experimentamos más temor, nos sorprendemos con mayor facilidad, tenemos menos determinación y perdemos fuerza de voluntad. Los riñones, sede de la voluntad, nos sirven para orientarnos en la vida, sobre todo cuando nos enfrentamos a la adversidad. Por lo tanto, en épocas de dificultad y estrés, hay que proteger los riñones. Si una persona sufre de miedo crónico, le recomiendo que se trate los riñones.

Madera: Rabia. Cuando el hígado o la vesícula biliar tienen problemas o están dañados, se produce un aumento de la rabia y agresividad. También la rabia puede dañar el hígado y la vesícula. El alcohol, por ejemplo, daña el hígado y, si se consume en exceso, provoca repentinos estallidos de cólera. Basta pasar un día con una persona alcohólica para saber que las emociones dominantes son la rabia, la amargura y la furia. Las personas que sufren de rabia crónica deben tratar su hígado.²¹

Es por esto que conocer la importancia que tiene la relación de los cinco elementos al interior y exterior del cuerpo, nos permite mirar desde otra epistemología al cuerpo y a la enfermedad en sí, ubicándonos en una realidad congruente del desequilibrio que se encuentra en el cuerpo y que nosotros mismos lo hemos construido o poder identificar en que momento lo construyó el cuerpo para proteger la vida.

2.3 Proceso órgano –emoción

Esta relación permite ver en donde es que se encuentra la emoción predominante en una patología, orientándonos también en el sabor de cada una de las emociones correspondientes con su órgano; es decir, el hígado está relacionado con el sabor ácido y relacionado también con su emoción que es la ira, el corazón está relacionado con el sabor amargo que a su vez corresponde con la emoción de la alegría, el bazo/páncreas con la ansiedad al cuál le corresponde el sabor dulce, el pulmón ligado a la tristeza y al sabor picoso y por último el riñón que está relacionado con el miedo y el sabor salado. En la antigüedad se podía observar que por ejemplo cuando una persona mostraba miedo, el cuerpo consumía las sales y minerales rápidamente, es por eso que después de pasada la emoción la persona necesitaba consumir algo salado, o por ejemplo cuando un depredador estaba cerca y la persona tenía que huir, se activaba en el cuerpo una alerta que hacía que la persona disparara adrenalina entre otros neurotransmisores en el interior del cuerpo y ésta hacía que se quemaran rápidamente los carbohidratos del mismo, para poder correr, o defenderse si era necesario y así preservar la vida, pero una vez pasada la emoción la persona necesitaba ciertas cantidades de carbohidratos para reponer lo que el cuerpo había consumido. Esto al igual que ayuda a preservar la vida, también la puede destruir en una

²¹ Ohashi Wataru con Tom Monte, *“Cómo leer el cuerpo manual de diagnosis oriental”*, Ediciones Urano, Argentina, pp. 112- 113.

sociedad como en la que vivimos actualmente, puesto que el modelo económico actual está diseñado para consumir en grandes cantidades estos tipos de sabores, en toda clase de presentación (dulces, refrescos, comida, etc.), y en todo momento, aunado esto a que las personas no respiran de manera adecuada y que viven en una sociedad con altos niveles de contaminación en donde ya ni siquiera ejercicio se hace, con el sedentarismo no se queman todas las cantidades entrantes de sabores en el cuerpo, acumulándose en los espacios como pueden ser arterias, guardando colesterol, triglicéridos, entre otras. Lo que a la larga producirá un desequilibrio mayor en el cuerpo, ya que se consume en grandes cantidades el sabor, pero no se elimina en la misma cantidad o si lo hace es de manera muy lenta, no dándole tiempo al cuerpo de desechar o quemar lo que no sirve y guardando en un cuerpo que no está hecho para guardar nada.

2.4 La ruta de viaje de la emoción y su instalación en el cuerpo

Cada emoción tiene una función en el cuerpo, la cual es preservar la vida, la emoción de la ira nos ayuda a tener el coraje para enfrentarla, en su caso contrario sería la ira desmedida que conlleva a la autodestrucción o destrucción del otro, en el caso de la alegría es esa alegría por vivir, pero en el caso extremo sería tener una euforia todo el tiempo que no nos dejaría aquietar el corazón, en el caso de la tristeza nos ayuda a que cuando nos sentimos melancólicos por las razones que sean, baja el sistema y nos mantiene quietos, calmados para que no salgamos a la calle y nos pueda atropellar un auto, pero el extremo contrario de la tristeza sería que nos sumerja en una depresión y no nos permita continuar, en la emoción de la ansiedad nos ayuda a poder movernos a hacer las cosas, en su extremo sería no parar nunca haciendo las cosas actuando solo emocionalmente y sobre explotar al órgano en cuestión y en el caso del miedo nos ayuda a huir o paralizarnos, en nuestros antepasados ante los grandes depredadores, nos mantenía quietos sin movernos para no llamar la atención de éste, pero en su caso extremo sería que nos mantuviera en esa fase de paralización y no nos permitiera movernos a la realización y conclusión de las cosas, en el México actual, estas emociones están demasiado condicionadas a los estilos de vida que se tienen, ya que la emoción no es libre, se le da una resignificación y la mezclamos transformándola en un sentimiento, es decir tenemos una emoción en base a algo o a alguien, por eso dice el Dr. Sergio López Ramos, “que siempre nos enfermamos en

relación al otro”. Conocer estas emociones y su órgano correspondiente nos es de mucha utilidad para poder entender desde otra epistemología al cuerpo, para comprender que sucede en el interior, qué ocurre con cada uno de mis órganos y cómo puedo modificar esto incluso cambiando un ámbito tan sencillo como lo es la alimentación, sí, por que también haciendo un cambio en la alimentación se modifica la emoción, ya que se limpia un órgano o se añade un sabor distinto que hace mover la memoria corporal, hacer una inclusión en nuestra vida abre nuevos códigos y hay que encargarnos que éstos sean de vida, mover la emoción en el cuerpo no es cosa fácil, conlleva tiempo y trabajo, hay varias formas de poder mover esta emoción; en este apartado lo que nos interesa es conocer como es que viaja la emoción a través de los órganos, cómo es que se fue a un órgano y no a otro, como es que en una persona con lupus es diferente el órgano afectado a otra persona que tiene la misma enfermedad; esto se debe como ya se había mencionado a los procesos de introyección que hizo el sujeto en su vida, de las cosas que se apropió, de lo que comió, de lo que vivió, de cómo vivió la emoción y que hizo con ella, de que cosas construyó el cuerpo para defender y preservar la vida así que nos vemos en una sociedad donde estamos atravesados por una cultura, por un lenguaje, por que desde el lenguaje es como nosotros le damos un significado a las cosas y por tanto a la vida.

Mucho se dice de las emociones, pero las sensaciones producidas son tan variables que se acomodan racionalmente a las definiciones construidas de acuerdo a la cultura y sociedad en que se viva, lo que nos permite organizarlas en rituales que evocan vocabularios, y efectos corporales que trascienden la percepción en la que los estilos actuales de vida nos han dejado, en donde el ritmo de vida, la mala alimentación, la poca calidad del aire que respiramos, sedan al cuerpo o no le permiten expresar emocionalmente su vivencia.

Dentro de la familia encontramos el inicio del bloqueo emocional, cuándo se nos enseña a no llorar, a no hablar, lo que implica guardarnos el sentir y no tener la forma de expresarlo en lo que pueda surgir en el transcurso de la vida, siendo lo que marca el tipo de relaciones que se tendrán con los amigos, en el trabajo, en la vida. Cada factor que bloqueemos lo intentaremos compensar o sustituir con otro, por ejemplo, si no nos es permitido llorar, podemos convertir esto en agresión o dureza para enfrentar con el cuerpo lo que venga.²²

²² Herrera Obregón Irma, Chaparro Aguilera Gerardo Abel, “Una aproximación al proceso órgano –emoción 2”, EAPA, México 2010, pp. 68.

La familia es la primera instancia en donde nos desarrollamos, en donde aprendemos a sentir, en dónde se nos enseña lo que es la vida y como se debe vivir, esta familia esta también sujeta a la geografía y cultura e historia del lugar en la que se encuentra inmersa, por lo tanto lo que se nos enseñe sera similar a lo que en otras familias se enseñe, pero aquí lo que hace único al sujeto es que aunque se vivan cosas similares o situaciones identicas siempre tendrá una manera distinta de apropiación y resignificación, es aquí lo que hace diferente a dos sujetos que aunque tengan la misma enfermedad las manifestaciones de ésta no son iguales.

Hay que aprender a tenerles respeto a las emociones, pues como se menciona una emoción te puede ayudar a preservar la vida pero también puede llegar a destruirte, una emoción es como una carta que se manda y ya no hay proceso de devolución, ésta tiene que llegar a su destinatario.

Una emoción puede hacer lo que hace una bala o una puñalada incluso a puntos más finos sobre cómo acabar con la vida, con el cuerpo, son poco a poco formas de expresión de una manera de elaborar mecanismos que pueden destruir o detener la vida en un cuerpo...²³

Las emociones mientras más se investigan se entiende que no es algo con lo que se pueda jugar o tomar a la ligera, sobre todo con un cerebro tan desarrollado como lo tenemos y en dónde vivimos la mayor parte del tiempo, se ha enajenado tanto al cuerpo, que vivimos solo de la cabeza para arriba, el cuerpo no existe en esta ciudad capitalista, y si lo vemos es sólo por que nos estorba o por que nos duele y lo que buscamos son remedios rápidos para silenciarlo y seguir en nuestra realidad artificial, vivimos en la mente, pensamos demasiado, gastamos energía pensando en el futuro o el pasado y se piensa más de lo que se hace, cómo dice Sergio López Ramos, “el cerebro es el alienígena que se ha apoderado del cuerpo”, enajenados en una sociedad de consumo, de competencia, en dónde creemos que la realidad que vivimos es orginal y siempre ha sido así, cuando realmente lo único verdadero y original es la vida.

Las emociones construidas en doscientos años de capitalismo son expresiones que van contra la vida misma...

²³ López Ramos Sergio, “*El cuerpo humano y sus vericuetos*”, Editorial Migue Ángel Porrúa, México 2006. pp.159

...Las emociones son el gran problema de la salud de nuestro tiempo, se desboran en los seres humanos y los conducen a nuevas realaciones corporales. Se establece un principio de dominio con un órgano y con el cerebro, que es el adicto más importante de nuestro tiempo. A la luz de estos hechos, necesitamos replantearnos estas relaciones de adicciones y deseos entre el cerebro, los órganos y las emociones y sus procesos de construcción para saber cómo desembocan en el presente.²⁴

El propio cuerpo tiene formas de mandarnos señales para que lo escuchemos, pero vivimos tan inmersos en nuestros problemas o en un mundo que no es real, que dejamos de escucharlo, enajenándonos con lo que la cultura y el mercado nos vende, viviendo la vida de otros y no la nuestra, éstas señales son importantes para conocer el proceso que está teniendo en el cuerpo una emoción, si logramos escuchar al cuerpo podremos saber de él incluso más que cualquier médico, ya que mantendremos una comunicación con nuestro interior, sabiendo que el cuerpo es algo más que solo un objeto que nos sirve para desplazarnos o para ponerle y untarle cosas o usarlo para satisfacer nuestros caprichos y deseos.

Los dolores del cuerpo son un indicador de que algo en él esta mal o no funciona correctamente, esas señales son parte importante de un proceso que no se escucha, pero que en ocasiones se convierte en una posibilidad de poder descifrar los mensajes y con ello prevenir un deterioro del cuerpo. Quizá valga decir que un ser humano no es sólo una máquina de hacer dinero o de trabajar. Es algo que va mas allá de esas construcciones que le ha asignado la sociedad y sus conjuntos de pruebas para un mundo que no es el suyo; un cuerpo construido por algo que está fuera de la condición corporal amerita una revisión profunda sobre las formas de hacer un trabajo con los hombres y las sociedades de hoy día que se han convertido en un valor múltiple de lo que se debe de hacer con él.²⁵

Así vemos al cuerpo como algo que nos sirve para cumplir lo que queremos, lo que nuestro ego quiere, lo que nuestros deseos nos piden dejando de lado qué es el espacio único en dónde se tiene la posibilidad de cultivar la vida y de hacer crecer al espíritu.

²⁴ López Ramos Sergio, *“Lo corporal y lo psicosomático Aproximaciones y reflexiones VII”*, CEAPAC México 2011, pp. 246

²⁵ *Íbidem*. Pp. 158-159.

2.5 El deseo y los apegos.

El darse cuenta de que se tiene un cuerpo y de que la vida solo existe dentro de éste, es algo que nos mueve como seres humanos, darse cuenta de esta realidad no es fácil para muchos y muchas veces genera una sensación de vacío al interior del cuerpo, un vacío que se articula con nuestras creencias y deseos en base a nuestra historia personal, el ir a la historia oral del sujeto, nos permite hallar las respuestas que necesitamos, pues es un instrumento que nos abre camino hacia eso que construye el cuerpo. Cuando vemos que una persona sufre por no tener aquello que desea comienza una serie de procesos donde culpo al otro, me culpo a mí, donde quiero siempre tener algo y empiezo a buscar las respuestas afuera, en eso que mi ego quiere; en querer que las cosas sean como yo quiero y no como en realidad son, entonces me engancha y sufro, guardando reclamos, tristezas, odios, celos, rencor, miedo y una infinidad de cosas, en un cuerpo que no está hecho para guardar nada.

Entonces encontramos que se nos enseñó una manera de reaccionar ante la vida, aprendemos a que se debe sufrir para tener, aprendemos que si hay alguna pérdida hay dolor que prolongamos y convertimos en sufrimiento, nos apegamos a las cosas y a las personas, entendiendo que el cuerpo no está hecho para guardar nada ocurre entonces una obstrucción, algo no fluye, se estanca, entonces el cuerpo responde con un dolor, con una enfermedad, nos avisa de que algo no anda bien; pero no suelto, me aferro, a mis ideas, a mi ego, a mis deseos, a aquello que quiero tener o retener, es cuando nuestra manera de no querer sentir hace que silenciemos al cuerpo, le metemos pastillas, le metemos cosas para mantenerlo sedado, no ver eso que no quiero, ni poder enfrentarlo, ese vacío que se hace más grande y que busco llenar con cosas o personas pero que en vez de llenarlo cada vez se hace más grande.

Hace 2,500 años nació en la India, en la comarca de Sakyas, un hombre que descubrió el origen del sufrimiento humano. Se llama Siddharta Gotama, conocido hoy día como el buda histórico. Sólo le bastó enfrentarse consigo mismo para descubrir que el origen del dolor y el sufrimiento de las personas está en el deseo, en los apegos, las personas sufren por tener, por no tener, por cuidar, por querer tener más. La idea de que la felicidad la dan los bienes, el dinero, el amor, la comida, el sexo, la ilusión, la fantasía, el saber racional, etcétera, sólo genera sufrimiento y deseo en las personas, y dolor porque nunca se llega a la satisfacción plena.

Un ejemplo ilustrativo es cuándo los adolescentes le dicen a su novio o novia: dime que me quieres *¿verdad que nunca me vas a dejar?*, etcétera. Aunque las respuestas sean afirmativas siempre se quiere escuchar más. La inseguridad es parte de este ritual de pedir palabras bellas que den seguridad para no perder al otro. Puede ser un apego romántico o cursi, pero es. Y puede derivar en una codependencia, celopatía u homicidio.²⁶

Siendo así la verdadera realidad en la que estamos, no podemos ser el deseo de los otros o volver a los otros nuestros deseos, nos encontramos en una sociedad en dónde todo se quiere y si no se tiene se sufre por ello, o se hace todo lo que se puede para obtenerlo, por lo mismo que nos enseña la propia cultura, sin importarnos pasar horas en un trabajo, satisfaciendo solo con cosas materiales al espíritu cuando en realidad éste sufre, nos enfrascamos en un mundo irreal que nos ha vendido un mercado del que tanto nos quejamos, un gobierno que somete y que nosotros caemos en su negocio.

Un ser humano casi siempre elige a partir del vacío, de unir ese sentimiento de frustración, de estar incompleto, buscando en el otro esa otra mitad, que necesitan y que creen los hará feliz, cosa que ciega a las personas cuando sus reclamos y caprichos no se ven cubiertos por otro que está esperando lo mismo que ellos, y se sumen entonces en mas resentimiento y frustración. Es entonces posible que lo que vio a través de sus padres, de las novelas y las películas lo engaño, y le haya permitido algo que en la vida cotidiana no es real.²⁷

Así la manera en que aprendimos a relacionarnos con los demás y con nosotros mismos dará pauta para ir comprendiendo, cómo me construí y me forme en una sociedad en la que todo se puede consumir, incluso los cuerpos de los demás, apropiándome de cosas que vi de niño en las caricaturas, o en las películas de princesas dónde se busca siempre al príncipe azul, a la familia ideal, al vivieron felices por siempre, todo esto que no es parte de la vida real, que nos genera apegos, una falsa ilusión distorsionada de la realidad y más dolor cuando hay una pérdida o no se logra eso que se quiere, todo esto se queda en el cuerpo que después se mezclara con otra serie de sistemas de nuestra vida, dando origen a algo aún más complejo: una enfermedad.

²⁶ López Ramos Sergio, *“La construcción de lo corporal y la salud emocional”*, México Editorial los Reyes 2013, Pp 189 -190.

²⁷ González Castañeda Isabel, *“La construcción de la violencia en la pareja”*, tesis de licenciatura, Dir. Irma Herrera Obregón

Nuestro sufrir es por no comprender que el dolor es parte también del vivir y que se puede compartir en armonía, y eso no lo hace ver trágico. Es un proceso de la vida que no es original: ahora se tiene alguna pérdida, después se tienen recompensas, el apego es un engaño de que las cosas son eternas. Se busca un culpable y por lo regular lo encontramos en nosotros, o en los otros, pero nunca en los procesos de la vida. Desaprenderse es un proceso doloroso si se hace con apego, se guardan cosas para después pero la idea es que fluyan, no marginarlas, dejar que circulen, con eso basta.

Un día uno puede olvidar, si se hace meditación y se deja que pase la idea reciente, que se vaya, que no se quede; eso queremos, que se limpie la cabeza y entonces uno será más uno y no será los deseos y recuerdos de los otros.

Sergio López Ramos.²⁸

Así la familia es un punto importante que nos va dando las primeras ideas de cómo me construyo en esta sociedad en la que me encuentro inmerso, es la raíz de mis reclamos, o de mis agradecimientos, lo que sin duda no pasará inadvertido en el cuerpo.

2.6 Lo transgeneracional

*El corazón de aquel que ha comprendido
que lo presente esta en resonancia con lo
pasado, tanto en lo bueno
como en lo malo, late en sintonía con el mundo.
Bert Helliger.*

Mucho se habla hoy en día acerca de qué las enfermedades que se tienen vienen de una herencia familiar, por un gén o por algo que se encuentra en las células o el ADN de nuestra familia, al parecer la alopátia siempre busca a quién hecharle la culpa. Lo cuál queda descartado con lo antes mencionado, porque así como veremos en el tercer capítulo de esta tesis, las entrevistadas niegan haber tenido algún familiar que tuviera lupus o inclusive una sintomatología parecida a la de ellas, también se descarta la parte hereditaria puesto que en las investigaciones antes realizadas con este mismo enfoque, se encuentra

²⁸ Solís Flores Arcelia Lourdes, “*obesidad construcción social de un cuerpo*”, CEAPAC, México 2007.

que lo que se sigue son patrones de apropiación del sujeto; es decir que en una familia puede haber cinco integrantes que se enfermen de lo mismo, pero cuándo uno de esos cinco integrantes se va lejos de ese sistema, éste no construye las mismas patologías que los que se quedan a vivir en el mismo sistema, aún teniendo los mismos genes de esa familia, hablando entonces de que nosotros construimos y que muchas veces con la alimentación y la manera de expresar las emociones basta para que toda una familia se enferme de un mismo órgano, es por eso que hay familias a las que se les llama “higados” o familias que se les llama “riñón” puesto que todos se enferman de lo mismo, o expresan una misma emoción, también está la otra parte de lo que el mismo cuerpo construye en cierto momento de su vida en que se vio agredido o amenazado y buscar este principio que llevo a una enfermedad autoinmune es de valiosa importancia, para saber donde lo instalo el paciente y entretelado con todo lo que el mismo sujeto se apropio en su vida como se menciona, dado todo esto como resultado el Lupus eritematoso Sistémico. Así se puede descartar que en el caso del lupus eritematoso sistémico pueda deberse a la herencia genética, yendo por completo en contra de lo que afirma la alopátia y más bien nos planteamos en valorar los estilos de vida de la persona, hallando ahí el porque un miembro de la familia se enferma o no de lo mismo que los demás.

La práctica con los pacientes permite replantear el concepto del cuerpo y lo que construye al sujeto; los procesos internos de acuerdo con su consciencia y las formas de construir conforme a su cultura y las maneras de hacer la existencia en articulación con los estilos de vida y la historia familiar ¿El resultado? Una historia que se confronta con una nueva realidad corporal, la cual desdibuja, la propuesta de buscar sólo en lo emocional, lo que me permitió encontrar nuevas relaciones en el cuerpo, construidas por el sujeto; ver un proceso histórico –cultural – nutricional –sentimental –odios –reclamos a la vida, conjugados con una dosis de estrés, por todo lo cual el cuerpo se convierte en una contractura y deformación permanentes, con un proceso gestor de obsesiones, apegos; una memoria corporal que se transforma paulatinamente y da como resultados estilos de vida y formas de ser en el individuo. El proceso, sin embargo, no culminó ahí; la conjugación de lo anterior conlleva una relación más compleja y es en ella en la que estamos trabajando, para comprender cómo un individuo construye síntomas y signos que manifiestan la ruptura de un principio de equilibrio armónico entre los órganos, lo que conduce a un deterioro de la salud física y emocional. ¿Qué significa esto? Que hay una relación entre los órganos y que uno puede ser más dominante que otro y que ese puede ser el principio de una construcción que domina las maneras de vivir de los sujetos. Podemos decir

que alguien es más hígado y que por ello, entre otras relaciones, es muy miedoso o es un sentimental.

La complejidad de este enfoque permite articular los estilos de vida, las maneras de manifestar las emociones y las explicaciones que se construyen de acuerdo con las culturas y la geografía a que se pertenece. Ésta es para nosotros una nueva posibilidad de comprender la unidad corporal como un microcosmos que permite articular otras relaciones e interpretaciones sobre lo que se considera lo psicológico. No considero que esta reflexión permita comprender la significación de la psicología como un estilo único de aproximarse al cuerpo; la fragmentación gesta un problema serio sobre la epidemiología de las emociones y la psicología: cómo resolver el problema de la dualidad del pensamiento cartesiano. Para nosotros eso no es un problema; no aceptamos tal división porque eso es algo artificial, construido ante la pobreza de la realidad corporal; un pensamiento que es profundamente medroso en la exploración de la realidad no puede ser constructivo en la propuesta del futuro. Veamos cualquier teoría de la historia de la ciencia y podremos constatar que ver el pasado como continuidad o discontinuidad no implica que ello constituya un partearguas en la vida social, no, es sólo el principio que permitió aislar y fragmentar una idea sobre la construcción del ser humano.

... La exploración última que no conocemos hoy es la conclusión del proyecto genoma, lo cual es un vivo ejemplo de la atomización del saber cartesiano y es la pérdida de la condición humana en su máxima expresión.

Si embargo, algunos investigadores de este ramo aceptan que no saben qué sucede en esa larga cadena de genes habitados por cromosomas; no obstante la apertura de la información genética tiene una relación muy estrecha con las emociones y los sentimientos y no sólo con las proteínas, como dicen los genetistas.²⁹

En este apartado ineteresa ir más allá de sólo los estilos de vida de la persona, ya que la parte transgeneracional nos habla de cómo se construyen procesos de alguna enfermedad sin que muchas veces conozcamos las causas, o como se construyen a través de generaciones sin que necesariamente sea genético, si no que es algo más profundo que tiene que ver con lo no resuelto o no dicho en un linaje de nuestra genealogía, inclusive con nuestro espíritu y de las lealtades que se puedan tener, ocupando tal vez un lugar que no nos corresponde en el sistema familiar.

²⁹ López Ramos Sergio, *“La construcción de lo corporal y la salud emocional”*, México Editorial los Reyes 2013. Pp. 16-17

La idea de que nuestros destinos pueden ser en concreto determinados por la historia psicológica de generaciones anteriores es extremadamente antigua. Así lo atestiguan las primeras terapias inventadas por el hombre. Por ejemplo, tanto la medicina china como la Africana, a diferencia de la occidental, enfocan la enfermedad en un contexto familiar o genealógico: ¿Por qué tengo una hepatitis?, pregunta un paciente. A causa de un microbio y una alimentación estropeada, responde el médico occidental. En cambio los sanadores chinos o yorubas proporcionan explicaciones que restablecen el orden del mundo: ya sea que un demonio nos écho el mal (y que su fallo sea ofrecer un animal en sacrificio), o que nosotros hayamos turbado el orden cósmico, ocupando un lugar que no es el nuestro y olvidándonos de hacer honores a nuestros ancestros. El sanador sabe una cosa que el médico ignora: la ley genealógica y la relación con los ancestros definen, en gran parte, los vínculos, los derechos, los deberes y las identidades que estructura al ser humano dentro de su cultura y su biografía. El sanador sabe también las palabras y los rituales que permiten conjurar la aparición, el fantasma (antepasado caído en desgracia o que ha deshonrado a la familia), sinónimo de desorden inconsciente transmisible de generación en generacrón.

La psicogenealogía es una terapia que sin perder nada de los descubrimientos de la modernidad, especialmente en cuanto a la singularidad del individuo, recupera los vínculos contextuales y generacionales a los que la cultura de los occidentales se ha vuelto sorda. ¿Qué hace esta disciplina? Se enfoca también sobre esta porción de nuestra historia que no nos compete: Si tienes esta bronquitis crónica, puede ser que tu bisabuelo fue asfixiado dentro de una trinchera y se te ocultó. Un ejemplo más espectacular: a un hombre afectado constantemente de malestares en la garganta, los cuales le provocan un deterioro en la circulación sanguínea de las extremidades, ningún remedio lo podía sanar hasta el día en que descubrió, dentro de la terapia transgenealógica, que un antepasado lejano, nacido el mismo día que él, murio en la guillotina durante la revolución. A partir de este descubrimiento, los malestares de la garganta y sus afecciones circulatorias desaparecieron como por encantamiento. ¿Cómo un hecho del pasado, feliz o desafortunado, puede, por ignorancia o bajo el peso de un “secreto de familia”, tener tales consecuencias en algunas generaciones tiempo más tarde?

Hay quienes buscan escaparse de su familia simplemente fugándose, porque les representa un peligro mortal. Como si la historia de su linaje les amenazara de muerte. El peligro no es forzosamente fantasmal y la fuga no sirve de nada, pues a cualquier parte que conduzca su evasión, la historia familiar lo seguirá y volverá constantemente sobre el pasado, conduciéndolo

a repetir eternamente los mismos guiones, al menos hasta que se decida a actuar para, de este modo, poder desactivar los anclajes transgenealógicos negativos.³⁰

Cuándo se habla de psicogenealogía y lo transgeneracional, vamos mas allá de nuestra propia historia, vemos que estamos anclados a raíces en dónde antes de empezarse a escribir nuestra historia, mucha de ésta ya estaba determinada por aquello hecho o no hecho en mi familia, en mis ancestros, darle su lugar que le corresponde a cada miembro en la familia es de vital importancia para asumir nuestra posición en este momento, en nuestra realidad actual, si hubo un aborto antes de mí entonces no me consideraría yo como el primogenito en una familia y estaria ya ocupando un lugar que no me corresponde si así es que lo hago, es por eso de importancia y trascendencia que sepamos que lugar ocupamos en la familia y honremos y respetemos a nuestro sistema, muchas veces esto no es aceptado por la ciencia, puesto que para ellos el “alma” con la que se trabaja en la terapia de “constelaciones familiares”*, no existe y no es comprobable su existencia, pero darle el valor que se merece a nuestra genealogía es clave importante para sanar alguna enfermedad al interior del cuerpo.

A la edad de 76 años, Bert Hellinger hace declaraciones que no siempre son políticamente correctas. Habla de “honrar al padre y a la madre”, del “respeto por los ancianos” y, sobre todo, de la “comunicación de alma a alma”. Ahora bien, el alma, se sabe, no existe para la ciencia... Lo que no impide que las constelaciones familiares le demuestren de una manera extraordinariamente simple y punzante la forma en la que estamos inconscientemente amarrados a nuestros grupos de referencia, comenzando por nuestra familia. Hellinger propone una forma radicalmente inédita de liberarnos sin separarnos. ¡Lo que es imposible, como el dejar de respirar!.³¹

*El principio de las “constelaciones familiares” es simple: estando en una terapia grupal, cuando viene su turno usted escoge varias personas del grupo para representar a cada uno de los miembros de su familia (o de su empresa o de la comunidad a la que pertenece y donde se encuentra el problema por el cual usted está ahí). Sin decirles nada de usted, acomoda, a su gusto (ya sea parados, con los brazos colgando...), a las personas dentro de un círculo formado por los participantes. Usted se maneja por instinto, en un estado semisonámbulo, sin pensar en nada, sólo poniendo atención en lo que pase en usted. Después se sienta, y escucha al psicólogo “constelador” interrogar a cada una de las personas de la “constelación” formada. Así de loco que le pueda

³⁰ Van Eersel Patrice, Maillard Catherine, “*Me pesan mis ancestros la psicogenealogía hoy*”, CEAPAC, México, 2004, pp. 15-17.

³¹ *Ibidem* pp. 83-84

parecer, estas personas, que no saben nada de usted ni de su familia ni de sus antepasados, se ponen a contestar todo lo relacionado a su situación, su vida, su “árbol genealógico” (cualquiera puede ser escogido para representar a un miembro de la familia, los vectores de la experiencia se revelan andróginos).

Como sujetos escogidos estamos puestos en la experiencia para sentir las sensaciones, las emociones, pronunciar palabras, hacer gestos, expresar demandas que no controlamos y que participan de un ensamble interactivo donde están implicados cuatro, cinco, seis y hasta 20 personas en un estado similar al nuestro, todo adherido en un sentido agudo (en su relato ulterior) para el sujeto por el cual nos “constelamos” (verbo transitivo) en la problemática hacia un desenlace muy posiblemente armonioso... El campo así abierto es extremadamente sorprendente, sin comparación. Una cosa es segura, el intelecto no interviene, tampoco maneras motrices, es algo mucho más profundo. Bert Hellinger habla de una comunicación de “alma” a “alma”.³²

Es así que notamos que no nacimos ni estamos en este mundo por generación espontánea, si no que estamos ligados a un todo que no solo involucra a nuestra genealogía si no también a un macrocosmos que llevamos interiorizado, que todo lo que hagamos tendrá una consecuencia y que lo que hicimos sea posiblemente lo que estamos cosechando ya en el presente, lo que hicieron nuestros antepasados sin duda marca una huella en nuestra vida presente y futura al igual que lo hará nuestras acciones en nuestra futura descendencia, por eso es importante ir al cuerpo con amor y buscar ahí todo lo construido, todo ese pasado que nos atraviesa y del que no podemos separarnos, pero que podemos sanar, tanto en la parte transgeneracional como en la parte de la que nos toca hacernos cargo y construir nuevas rutas en el cuerpo y nuevas maneras de vivir.

Las alteraciones al interior de los sistemas familiares se manifiestan sobre todo por bloqueos, enfermedades y muerte.

La fuerza de los vínculos, de las lealtades invisibles y de los amores ciegos se hace evidente cuando deseamos que nuestros familiares no enfermen, ni mueran. Este deseo hace que estando sanos queramos enfermar para seguir a quien enferma o para morir en su lugar.

Este es un anhelo que va mas allá del cuerpo, es un impulso inconsciente que hace pertinente la intervención del terapeuta sistémico para acompañar la labor del médico o profesional de la salud, con un proceso que permita encontrar y tal vez equilibrar las fuerzas que llevaron a la persona a desarrollar los síntomas de la enfermedad.

³² *Íbidem* pp. 84-86

Muchas veces con la intervención del terapeuta sistémico sólo es posible ver la forma en que el amor ciego se convirtió en enfermedad sin encontrar eco en el enfermo para interiormente querer equilibrar, ordenar y seguramente restablecer la salud, y esto suele suceder cuando la implicación es tan grande que el amor ciego de quien la padece no permite ver lo inútil de esa condición ni la perpetuación del conflicto.

En otros casos, la persona logra ampliar su mirada, logra dar un paso más allá y reconocer que su amor ciego no restablecerá la salud del ser querido enfermo, ni devolverá la vida al que ya se fue porque no tiene poder sobre ello, podrá con humildad y también con amor aceptar lo que es como es, y al comprenderlo seguramente en ese momento el equilibrio interior se empieza a recobrar y, junto con él, la salud también se instaurará.

La dinámica de la enfermedad se hace manifiesta por diferentes razones:

1. Por que los miembros más jóvenes del sistema quieren retener a las mayores, a los que llegaron antes que él o a los que se quieren ir detrás de los que ya murieron

Los pequeños buscando compensar a los grandes por todo lo que ha hecho a favor del sistema quieren enfermar o morir con ellos, en la creencia de que su enfermedad o muerte equilibra el vacío ocasionado por la ausencia, sacrificando así su propia salud y su propia vida.

Es el amor ciego por los padres y ancestros el motor que impulsa esta conducta y que llega a ser más fuerte e importante para el hijo que su propia vida.

2. Porque muchas enfermedades representan personas de las que nosotros o nuestra familia se quiere liberar o que hemos olvidado o excluido. En este caso la enfermedad se constituye en el instrumento del que el sistema se vale para recordarnos que hay alguien que debe ser reconocido y a quien debe dársele su lugar.
3. Porque buscamos la muerte o la enfermedad como una forma de reparar una culpa que nos puede surgir, bien:
 - Por algo que aparece de manera imprevista como pérdidas, enfermedades, calamidades.
 - Porque yo resulté ileso o beneficiado por la muerte, enfermedad o tragedia de otra persona.
 - Porque hice algo que causó la muerte o daño a otros.

Expiar de esta manera nos resulta una salida fácil porque no estamos viendo al objeto del amor ciego, si no que sólo vemos nuestro propio dolor o arrogancia. Quiere decir que la

persona por compadecerse de sí misma, por sentirse víctima de las circunstancias o superior a lo que la rodea no mira la condición del otro, sino que se atrapa en su propio dolor, orgullo, miedo o arrogancia.

Por no aceptar ni honrar al destino, de quien vive la enfermedad o dificultad, con nuestra actitud queremos y creemos que podemos cambiar su destino. De esta manera lo único que conseguimos es salirnos de nuestro lugar y en vano apropiarnos del lugar del otro, porque, en su última instancia no resolvemos nada: el otro no sana y si ha de morir, muere.

La invitación es a “actuar en nuestro favor asintiendo ante los hechos y a favor de la otra persona, honrando su destino, a cambio de sufrir”. Significa que nos rindamos con humildad ante lo inevitable en vez de fracasar en el intento de cambiar su destino y que tomemos intensamente la vida en vez, quizás, de fracasar también en el intento de querer morir.

4. La negación o incapacidad del hijo para tomar a sus padres es otra fuente de enfermedad, pues el hijo no se permite reconocer su origen en la vida ni el ciclo natural de nacimiento y muerte.

El mismo amor que nos lleva a la enfermedad nos puede sacar de ella, pero para lograrlo debemos estar en sintonía con la enfermedad misma, no rechazarla ni negarla si no asentirla tal cual es y tomarla en serio para poder dilucidar cuál es el mensaje, que ella no quiere mostrar para reparar, aceptar o equilibrar. Solo así se puede ver alguna alternativa de sanación antes no.

La enfermedad se considera como la somatización física de una alteración interna del organismo, lo que quiere decir que la enfermedad se convierte el instrumento por medio del cual el cuerpo habla, se expresa y sirve de intermediario entre el gran sistema familiar y los subsistemas que lo conforman, para que la información aun oculta sobre la historia de la familia, ésta que no se ha ordenado, sea atendida en consonancia con los órdenes del amor.

La información que transmite la enfermedad por medio del que se enferma y del tipo de enfermedad que contrae son las pistas que el sistema entrega para descifrar el jeroglífico de lo que ella nos quiere transmitir.

El Dr. Jorge Iván Carvajal Posada, médico cirujano de la U. De A; pionero en la medicina bioenergética, dice: “La enfermedad es un maestro, una oportunidad para organizar una armonía superior en nuestra propia vida, a nivel físico, emocional, mental y espiritual”.

En ocasiones el alma de una persona necesita la presencia de la enfermedad en su vida, porque a través de ella reconoce una tarea que sin su presencia tal vez no estaría en capacidad de ver. Si este es el caso, resulta muy valioso que esa persona diga SÍ a una enfermedad y si lo

requiera diga SÍ a su final. Con este acto de humildad para aceptarla, y de valor para reconocerla, gana una grandeza aún mayor que si se curara físicamente.

En algunos casos las enfermedades se relacionan con situaciones sistémicas específicas, sin embargo la forma con que ellas se manifiestan en los sistemas son innumerables y de ninguna manera a simple vista se puede asegurar que un síntoma corresponda a una determinada condición, para lo cual hará falta desplegar una constelación en la que se pueda ver el contexto y el entorno de lo acontecido, para dar pasos contundentes a reconocer el hecho y asentir a él.

Hacer consciente qué no he incluido o qué no he soltado del sistema me ayuda a sanar porque para sostener la salud se necesita energía, y ella se logra desde el lugar en que puedo incluir todo para poder ir a más y no a menos.³³

Aquí se habla incluso de algo más complejo como menciona la autora y es qué muchas de las enfermedades que tenemos pueden ser a causa incluso de eso no resuelto en la familia o de una lealtad hacía alguien, no de la manera consciente en que nosotros querramos enfermarnos si no que nuestra lealtad hacía la persona la definimos por ser a quién seguimos, ya sea en carácter o en alimentación o en hábitos, aunque no se quiera seguir a esa persona pero terminamos haciendo muchas veces precisamente eso que menos queremos repetir de la familia, nos encadena lo que rechazamos y sólo lo que amamos nos hace libres, puede ser incluso sin que nosotros conociéramos al miembro de la familia, cuantas veces no hemos escuchado a madres solteras decir: “es que te pareces tanto a tu padre” sin que siquiera la hija conozca al padre, hablando no del parecido físico si no de comportamiento, esto va más allá de lo que podemos percibir puesto que nos enfermamos siempre en relación a alguien, es el que nos hace enojar, o reír, o llorar, en este caso de lo transgeneracional ocurre algo similar solo que no se puede ver claramente cómo es que estamos siendo leales a algún miembro de la familia, en donde se tiene esa necesidad de pertenencia a la familia generando esa lealtad, es importante conocer éste proceso para poder ir a nuestro origen y de cierta manera poder romper con eso que nos ata a un sistema de una manera en la que está dañando nuestra salud, muchas veces el solo conocerlo nos hace ya en sí cambiarlo, es importante mencionar lo transgeneracional en esta tesis, para abrir aun

³³ Vargas Sierra armen ecilia, Giraldo Paérez Mónica, “*Constelaciones Familiares*” *Fundamentación sistémica de Bert Hellinger*, Editoria Ltda, Colombia 2012, pp 159-163.

más el panorama acerca de lo que es una enfermedad y cómo es que la construye el sujeto, sabiendo que esta parte es importante para que se pueda tomar consciencia y responsabilidad sobre sí mismo y de que hay procesos familiares que nos rigen sin que ni siquiera lo sepamos y puedan tener con este tema un nuevo punto de apoyo para trabajar sobre sí mismos y reflexionar acerca de su origen llevando al lector a buscar en las rutas de su propio cuerpo e historia familiar.

Cerrando el capítulo dos de esta manera, entendiendo que somos un todo unido a un todo universal y que mucho de lo que me afecta puedo tenerlo definido de una manera consciente o inconsciente, que se entrelaza con todos los procesos sociales, culturales, políticos, alimenticios, emocionales y demás sistemas en los que vivimos cotidianamente, ahora podemos tener una visión más holista con respecto al proceso de cómo se construye una enfermedad, sin dejar de culpar al otro y sí hacerme responsable de lo que yo construyo, ya que soy un ser que tiene razonamiento, intuición y decisión y es aquí donde yo elijo de que enfermarme y como es que quiero morir o vivir; ésta es una epistemología diferente que nos permite tomar consciencia y responsabilizarnos de lo que como sujetos hemos construido en el cuerpo, sabiendo también que el cuerpo es un ser vivo con un mecanismo autosustentable que nos permite revertir todo aquello que le hemos hecho, siempre cooperando con la vida, de una manera en que podamos crecer como personas, donde podamos crecer no solo en lo social e individual si no como parte de un grupo y sistema que se mueve en cooperación al igual que en la naturaleza y que podamos buscar nuevas rutas para construir en el cuerpo y hacer crecer al espíritu.

METODOLOGÍA

Tipo de tesis: Empírica, ya que nos aproximamos al fenómeno que se quiere estudiar, en este caso con las historias de vida.

Tipo de investigación: Cualitativa

Tipo de muestreo: No probabilístico

Bola de nieve: Se localiza a algunos individuos, los cuales conducen a otros, y estos a otros, y así hasta conseguir una muestra suficiente. Este tipo se emplea muy frecuentemente cuando se hacen estudios con poblaciones "marginales", delincuentes, sectas, determinados tipos de enfermos, etc.

Participantes: 10 mujeres con Lupus Eritematoso Sistémico confirmado con estudio de anticuerpos anti-DNA (ds). De entre 10 a 62 años de edad.

Criterios de inclusión:

- Si eran menores de edad que tuvieran autorización de los padres firmada
- Que tuvieran Lupus Eritematoso sistémico confirmado con la prueba de anti cuerpos anti-DNA

Criterios de exclusión:

- Que no tuvieran la confirmación de Lupus Eritematoso sistémico con la prueba anti cuerpos anti-DNA

Lugar de aplicación de la entrevista: En casa de las entrevistadas, siempre sin distractores, ni ruidos, ni más gente presente en la habitación. (en caso de las menores de edad, se les pedía en momentos estar a solas con la entrevistada y en ocasiones que se apoyara del testimonio de la madre para ampliar la información).

Materiales y/o aparatos: Guía para la realización de la historia de vida, pluma, Grabadora de celular marca Samsung Galaxy Ace G-TS5830L, papel higiénico.

Fase de las entrevistas: Se recabaron las entrevistas con duraciones variadas que van desde la hora hasta dos horas y media por cada entrevista, algunas en una sola sesión y en otras en dos sesiones.

Fase de la transcripción de las entrevistas: se transcribió cada una de las historias de vida con duraciones variadas, aproximada de entre 12 a 24 horas por cada entrevista.

Plan de Recolección de datos: Historias de vida.

Es un relato autobiográfico, obtenido por el investigado, mediante entrevistas sucesivas en las que el objetivo es mostrar el testimonio subjetivo de una persona en la que se recojan tanto los acontecimientos como las valoraciones que dicha persona hace de su propia experiencia.

Análisis de las historias de vida: Se procedió a hacer el análisis de las 17 categorías obtenidas de las 10 historias de vida. Para poder sustentar la información y analizar el proceso de construcción de la enfermedad en cada una de las personas.

Capítulo III

“LA CONSTRUCCIÓN EMOCIONAL DE LUPUS”

*Cualquiera puede ponerse furioso... eso es fácil.
Pero estar furioso con la persona correcta,
en la intensidad correcta, en el momento correcto,
por el motivo correcto, y de la forma correcta... eso no es fácil.
Aristóteles, Ética a Nicómaco.*

3.1 Análisis de las historias de vida

En este tercer capítulo veremos las 17 categorías de las 10 historias de vida recolectadas, analizando cada una y analizando que es lo que cruza a todas las entrevistas, estas categorías son las que tienen en común cada una de las participantes, yendo desde las más parecidas a las menos parecidas y así poder analizar también su construcción en lo individual y su propio proceso de la enfermedad entendiendo porque en unas se presenta alguna sintomatología que en algunas otra no, para poder así ver lo antes mencionado en el capítulo dos, el proceso de construcción de cada una de las pacientes con Lupus Eritematoso Sistémico. Se toma en cuenta que aquí hay dos menores de edad, en la cual se hizo una entrevista a la mamá y otra a la niña considerando cada una por separado a pesar de que la mamá no tiene Lupus, como ya se mencionó, en varios puntos la mamá ayudo a completar la información, entendiendo que nosotros estamos ligados a nuestra familia y el proceso que haya construido la mamá durante o incluso antes del embarazo nos dará una pauta para saber en que momentos o sucesos pudieron ser claves para que una niña de 10 años tenga ya una enfermedad crónico degenerativa tan compleja, ya que en la entrevista individual de la niña no se logró ver claramente este proceso, por lo que la entrevista 8 y 9 son tomadas en cuenta como una sola. Otras tres entrevistas, fueron a una adolescente de 14 años, a una joven de 24 y a una de 32 años a las cual le diagnosticaron el lupus a los 12, 13 y 16 años de edad, en esta última presentando la sintomatología desde niña, éstas 3 historias de vida son tomadas en cuenta en ésta tesis también como una construcción en la edad

infantil o dónde nos daban indicios de que su mamá pudo haberla construido durante el embarazo o antes del embarazo, en ellas se pudo encontrar un proceso un poco distinto al de las que el lupus se presentó a edades posteriores, pero encontrando en las mamás aspectos similares a éstas. Otro punto importante a considerar es que dentro de las entrevistas se encontró que varias ya habían revertido la enfermedad, o dejado la enfermedad inactiva, lo que fue de mucha significancia para ésta investigación y me enfoque en este punto central para saber que fue lo que hicieron para revertirlo ya que estaba confirmado que si hubo un progreso de mejoramiento del lupus en estudios médicos posteriores luego de haber tenido un estudio positivo a lupus eritematoso sistémico; después de algunas acciones o terapias que tomaron algunas entrevistadas el lupus había desaparecido, en algunas en su totalidad, en otras aún estaban presentes varios indicios del lupus, pero no de la misma forma que antes de comenzada la terapia, los resultados encontrados fueron incluso sorprendentes, esos casos se analizaron con mayor profundidad.

A las entrevistas se les mantiene en anonimato por lo que se les cambió el nombre a todas ellas por nombres de las Diosas Griegas, así que me referiré a ellas de ésta manera en toda la tesis.

A continuación se presenta la tabla 5 con la realización de cada una de las entrevistas, donde se recogieron los datos en una o más sesiones.

Tabla 5. Fecha de la realización de las entrevistas.

| ENTREVISTAS | FECHA DE LA REALIZACIÓN DE LAS ENTREVISTAS |
|--------------------|---|
| HERA | 13 y 20 de septiembre del 2013 |
| AFRODITA | 08 de Noviembre del 2013 |
| ATENEA | 01 de Abril del 2014 |
| ELECTRA | 01 de Abril del 2014 |
| GEA | 13 y 21 de Septiembre del 2013 |
| ARTEMISA | 26 de Abril del 2014 |
| PANDORA | 15 de Abril del 2014 |
| HIPÓLITA | 01 de Abril del 2014 |
| MEDUSA | 01 de Abril del 2014 *Mamá de Hipólita, ella no tiene Lupus |

En la tabla 6 se muestra las edades de cada una de las entrevistadas al igual que sus fechas de nacimiento, para podernos ubicar mejor en el contexto y poder entender mejor los procesos que cada una construyo, considerando que en ese momento de realizar la entrevista era una edad diferente a la que tenian cuando les dio el lupus.

Tabla 6. Fechas de nacimiento y edades de las entrevistadas.

| ENTREVISTAS | EDADES Y FECHAS DE NACIMIENTO | |
|-----------------|-------------------------------|---------|
| HERA | 02/Ago/1989 | 24 años |
| AFRODITA | 19/Abril/1977 | 36 años |
| ATENEA | 26/Mayo/1977 | 36 años |
| ELECTRA | 04/Nov/1999 | 14 años |
| GEA | 25/Marzo/1965 | 48 años |
| ARTEMISA | 10/Junio/1952 | 63 años |
| PANDORA | 24/Marzo/1983 | 32 años |
| HIPÓLITA | 30/Mayo/2003 | 12 años |
| MEDUSA | 15/Agosto/1974 | 40 años |
| ARIADNA | 09/Diciembre/1982 | 33 años |

3.1.1 Categoría 1: Emoción predominante

En esta categoría vemos la emoción predominante en cada una de las 10 entrevistas para ver cuáles son de las cinco emociones las más comunes o repetitivas entre las entrevistadas, ellas dijeron textualmente que éstas eran las emociones que predominaban en su vida, se comparo en relación con los sabores para saber si concuerda según la teoría de los cinco elementos, en donde recordemos que el proceso emocional tiene un peso muy fuerte en esta investigación.

Tabla 6. Emoción predominante en las entrevistadas.

| ENTREVISTAS | EMOCIÓN DOMINANTE |
|-------------|-----------------------------------|
| HERA | Alegría, tristeza, ira y ansiedad |
| AFRODITA | Miedo e ira |
| ATENEA | Miedo |
| ELECTRA | Alegría, ira, ansiedad |
| GEA | Miedo |
| ARTEMISA | Miedo, alegría |
| PANDORA | Miedo, tristeza |
| HIÓLITA | Miedo, Alegría |
| MEDUSA | Ira |
| ARIADNA | Miedo e Ira |

El miedo se encuentra presente en casi todas ellas, secundada por la ira y después en tercer lugar la alegría, lo cual no concuerda con los sabores que nos mencionaron, en cuarto lugar podemos observar que se ubica a la ansiedad que aparece las mismas veces que la tristeza. Podríamos decir entonces que en la mayoría lo que predomina es el miedo y la ira hacia algo o hacia alguien y combinada la ansiedad con la tristeza, lo cual veremos en la categoría de relaciones interpersonales y en la categoría de sucesos importantes, para poder comparar más a fondo que emociones predominaban en ciertos momentos y con respecto a quién o quiénes.

3.1.2 Categoría 2: Sabor predominante

Ésta categoría también es muy importante ya que como vimos el sabor está relacionado con una emoción y éste a su vez con un órgano, el sabor nos deja ver cual es la emoción predominante, es por eso que el sabor está relacionado con la emoción, en el caso de las entrevistas podemos ver aquí la diferencia entre lo que ellas perciben que es su emoción predominante y lo que el cuerpo nos dice, encontrando las siguientes respuestas:

Tabla 7. Sabor preferido en las entrevistadas.

| ENTREVISTAS | SABOR PREFERIDO |
|-------------|------------------------|
| HERA | Picoso, dulce |
| AFRODITA | Amargo |
| ATENEA | Picoso, Salado, Dulce |
| ELECTRA | Dulce |
| GEA | Salado |
| ARTEMISA | Picoso, ácido y salado |
| PANDORA | Ácido, dulce, picoso |
| HIPÓLITA | Picoso, Ácido |
| MEDUSA | Dulce, picoso |
| ARIADNA | Salado y dulce |

Encontrando que el sabor picoso es el que tiene el índice más repetitivo en dónde hablamos entonces de que la emoción predominante en casi todas ellas es la tristeza, seguido por el sabor dulce, lo que nos hablaría de que hay mucha ansiedad, encontrando que la ansiedad y la tristeza se conjugan para darnos un proceso; después encontramos al sabor salado lo que nos indica también que hay miedos en las entrevistadas y después tenemos al sabor ácido que indicaría el grado en el que ya se encuentra el enojo en los cuerpos de las pacientes, conjugando otra vez esta mezcla de sabores en donde salado y ácido se unen; es decir ira y miedo y hasta el último encontramos la predilección por el sabor amargo, que nos habla de la falta alegría en la vida.

Relacionando estos sabores con las emociones que nos mencionaron que eran las dominantes en su vida podemos ver que realmente no son alegres ya que es el sabor que menos se repite y siendo en el caso de la entrevista 4 que corresponde a ELECTRA la que nos mencionó alegría en su vida podemos ver que no concuerda con el sabor dulce de su respuestas en sabores dominantes, al igual que en la entrevista 1 que corresponde a HERA ya que inclusive menciona que le gusta el sabor picoso lo que hablaría por lo tanto de una tristeza en su vida en dónde el sabor ya se encuentra muy marcado en el organo

correspondiente, relacionaremos esto más adelante también con la categoría de enfermedades, para ver si también hay correspondencia con el sabor y la emoción ya instaladas en el cuerpo, para así poder ver que órgano se enferma más y si concuerda con la elección en el sabor. En la entrevista 6 que corresponde a ARTEMISA podemos ver que de igual manera nos mencionó la alegría como parte de la emoción dominante en su vida lo cual tampoco concuerda con algún sabor, por el contrario nos dice que le gusta el sabor picoso lo que hablaría de una tristeza, el sabor ácido que nos dice que hay ira y de el salado que nos indica que hay miedos, en la entrevista 8 que corresponde a HIPÓLITA ya que hay una tristeza y un enojo, en ésta vemos una relación diferente ya que se mezcla la tristeza con el enojo y de igual manera vemos que el sabor no concuerda con respecto a la emoción de la alegría, ahora bien como se menciona ella y su mamá MEDUSA están relacionadas familiarmente y el sabor de la mamá corresponde a dulce y picoso, que nos hablaría de mucha ansiedad y de tristeza y en la última entrevista que corresponde a ARIADNA podemos ver que le gusta el sabor salado y dulce por lo que hablamos de un miedo y una ansiedad. En cuanto a los demás sabores, vemos que efectivamente corresponden el salado en los casos que indicaron que había miedos y lo ácido en los casos que mencionaron la ira, también la tristeza en las que dijeron les gustaba el sabor picante.

3.1.3 Categoría 3: Relación con papá y mamá

La relación con papá y mamá en estas entrevistas marcan algo muy distintivo pues resulta que en la mayoría de los casos hay ira y reclamos hacia alguno de los dos o simplemente su ausencia o indiferencia, al entrevistar a las pacientes se podía notar que cambiaba su voz o en algunos casos se cortaba al hablar de sus papás en sus vidas, pues hubo en muchas de ellas maltratos, se pueden ver los extremos en las entrevistas que citare a continuación, en donde van desde la excesiva agresión física y verbal por parte de ambos padres o de uno solo, hasta la ausencia de igual manera de alguno de los dos padres, o en su caso que hubo algún papá sustituto que fue el que fungió como la figura paterna y se hizo cargo de los hijos como suyos, ésta es la quinta historia de vida la entrevista de GEA:

...A mi papá lo veíamos muy poco, porque él viajaba mucho, este... y durante casi toda mi infancia yo lo vi muy poco tiempo y cuando lo veíamos era así como que... pues no era padre, porque llegaba y así como que mi mamá le tenía la lista de la queja y entonces tenía también la lista de, de lo que nos iba a hacer a cada uno, mi papá era un hombre bueno, es todavía pero ya no como antes, pero era muy frecuente cuando estábamos nos pegaba a mi hermano más grande y a mí, a mi mamá no ni a mis hermanos más chicos, pero a mi hermano más grande y a mí, de todo, de que lo volteábamos a ver, de que le rezongabas, de que le torcías la boca, como que todos los días tenía que ser algo, y yo no sé porque era así, la hora en que nos pegaba era en la tarde noche y nos decía y hablo en plural porque a él lo trataban igual, le decía, este(...) te voy a dar tres cinturonasos, tres cuerazos y los vas a contar y si no los contabas te volvía a dar, así que si los contábamos, pero ya que te pegaba se salía y yo creo que después le remordía la conciencia y regresaba y te decía, ¿sabes porque te pegue? y si le decías que no, se enojaba, así que le tenías que decir que si aunque no supieras y entonces donde te había pegado si te había pegado muy fuerte entonces, te sobaba y te abrazaba y te daba besos y entonces así como que te dormías llorando, o sea te dormías con esa sensación de llorar y dormías muy bien, este mi mamá nunca se metió ni para decirle que no nos pegara, ni para decirle que nos pegara mas, no, pero yo recuerdo que, que los golpes de mi papá eran todos los días que estaba y eran hasta, la última vez que a mí me pegaron por algo tenía, creo que 14 o 15 años y esa vez fue cuando oí que mi mama dijo ya no le pegues a tu hija que ya esta grande y entonces cambio los golpes por las ofensas, pues por el lado emocional, o sea te ofendía te humillaba de tal manera que preferías los golpes, es más, cuando a mi me dejo de pegar yo necesitaba dormir bien y sentía que solo si me daba una cueriza entonces dormía y este empecé como a necesitar eso y este cuando empezó el a atacarme en lo emocional en las cosas(...) que tu no podías hacer nada, porque me criticaba físicamente, hablaba de, de mí me decía cosas que me ofendían y entonces eso me dolía mas y prefería que me pegara, pero ya no me pegaba, entonces mi papá sabe mas como que me dieron a mí la responsabilidad de ser la hermana grande

En esta historia de vida hubo indefensión por parte de GEA, ya que no podía hacer nada al respecto como ella lo menciona tampoco su mamá lo hacía, pero cuándo su mamá salio en defensa de ella, como se menciona en la entrevista lo unico que ocurrió fue que el padre cambio los golpes por las ofensas, lo que hacían sentir peor a GEA, cuando menciona que

prefería los golpes y que hasta cierto punto ya se había acostumbrado a ellos, pues si su papá no le pegaba ella no podía dormir, pero GEA también se refiere a sí misma como agredida psicológicamente, ya que habla de ofensas, de cosas que a ella la lastimaban, aquí el daño psicológico es más fuerte, puesto que las palabras se quedan inclusive más que los golpes.

GEA: ...yo me acuerdo que desde muy chica mi mamá a los ocho años a mi me enseñó a hacer sopa y guisado ¿no? y me dijo tienes que aprender para cuando estés grande o veas que son las dos de la tarde y no hemos llegado, prepares algo, entonces pues yo era como la mamá de mis hermanos, tanto el grande como de los demás chicos, entonces yo veía que eran las dos o que ya pasaban de las dos y tenía que hacer la sopa, tenía que hacer una carne asada o algo así, pero además también era responsable de que mis hermanos no se pelearan, de que estuvieran limpios, yo era como la mamá chiquita de mis hermanos y este (...) siempre preocupada porque no pelearan, porque no chillaran, porque se potaran bien, siempre esperando cuando regresaran que nos regañaran porque siempre sucedía que algo habíamos hecho y nos regañaban,

Esta parte que nos comenta GEA nos muestra que ella tomó un lugar que no le correspondía al tener que hacerse cargo desde chica de sus hermanos, como ella lo llama “era la mamá chiquita de mis hermanos” tomando responsabilidades que a su edad tampoco eran adecuadas ya que era una niña cuidando a otro niño y que además se le regañe por que ellos pelearon, esto la ponía en un punto donde realmente no podía hacer mucho, pues era incluso responsable de acciones sobre las que ni siquiera tenía control como eran las de sus hermanos cuando peleaban entre ellos.

GEA: este (...), era más miedo cuando iba a venir mi papá de viaje que cuando se iba y cuando mi mamá estaba sola se ponía muy histérica, los sábados en especial, porque los sábados tenía que lavar una ropa y entonces pues no eran las lavadoras como ahora que hace todo, por lo menos exprimirla o algo y eso como que la ponía de malas, entonces y nosotros más o menos uno tras otro, chicos, pues peleábamos, gritábamos y ella iba y con un gancho o con lo que fuera nos pegaba para que nos calláramos ¿no? y yo me acuerdo que cuando a mi me pegaban siempre me rompían la boca, casi siempre...

La mamá de GEA también ejercía agresión sobre sus hijos, al pegarles con un gancho, se saltaba el dialogo e iba directo a los golpes, ella tomaba el gancho y les pegaba, de una manera extrema en la que incluso GEA menciona que le rompían la boca.

GEA: ...y recuerdo muy bien tres ocasiones la primera vez, este... bueno no la primera vez, de la vez que me acuerdo que mis papás habían salido y aparentemente me habían encargado ir a comprar algo y no lo hice, no sé si sí me lo habían encargado o se me olvido, entonces yo les dije que no me habían dicho y mi papá me pega en la boca (...) y me rompe la boca y este y dice ahora vas por lo que te encargamos y no sé que, yo iba a entrar al baño para secarme la sangre y me dijo que no que me fuera así, entonces yo iba en la calle y me daba pena que me vieran con sangre en la boca, nunca se me va a olvidar...

De nuevo en esta parte de la entrevista se repite agresión física por parte del padre y no sólo eso si no también agresión psicológica en la parte emocional, pues ella aún lo recuerda y al contarlo dice que no se le va a olvidar a pesar de que lleva años que ocurrió ese suceso y aun no lo ha olvidado.

GEA: ... la segunda vez que hizo algo que nunca se me va a olvidar, fue una vez que estaba que en si no había hecho nada, porque yo siempre era bien portada, era la que mejores calificaciones tenía, era la mejor portada, ósea siempre buscaba estar bien con ellos ¿no? y con todo el mundo y esa vez él no recuerdo ni porque, mi papá nos pegó a mi hermano y a mí, pero yo no había hecho nada, entonces me pego en la pierna y yo creo que me pego en un nervio o algo así y me dolía mucho y entonces se dio cuenta y como que le remordió la consciencia y me empezó a sobar la bola esa y me decía, esa vez yo me acuerdo que le dije yo no hice nada, entonces me dijo bueno ya para la próxima ¿no? así como si ibas a hacer otra, pues ya te la cobre, me acuerdo de esa segunda

GEA tiene un padre autoritario y violento que tenía pensado seguir con lo mismo, pegándoles, aquí habría también que preguntarse cómo es que fue educado el padre de GEA ya que como mencionamos los patrones de crianza se siguen en una familia. El padre es una pieza importante y vital para que nosotros podamos construir y tomar la fuerza de él, nos muestra el mundo pues el papá es el prier hombre en la vida de una mujer, al no estar en armonía con él algo ocurre en el interior del cuerpo que no hace que todo fluya, cuando

una niña vive estos procesos y no los entiende la mayoría de las veces puede culpar al papá, como lo vemos en este caso, GEA aún sigue manteniendo esas memorias y al momento de contarlas en la entrevista lo narraba como en forma de reclamos, que a pesar del tiempo siguen presentes.

GEA: ...y la tercera que yo ya era adolescente, ya estaba en la edad de que te gusta el vecino, entonces a mí me gustaba el hermano de mi amiga y el hermano de mi amiga junto con otros chavos de la edad de él eran como dos años mayores que yo, estaban jugando enfrente de donde yo vivía, futbol americano, entonces se asoma mi papá y yo estaba con mi amiga en la otra esquina de la casa y se asoma mi papá y me dice ven acá, y le hice (señas), yo ahí voy, pero no iba por estar viendo al chavo y entonces me vuelve a decir te estoy hablando, entonces le digo a mi amiga, ahorita vengo y voy caminando hacia donde esta mi papá y antes de llegar a donde él estaba, él me alcanza, llega como a mitad del camino a la vista de todos los que estaban jugando futbol americano, entonces me acuerdo que me jalo el cabello y me dijo, te estoy diciendo que vengas y cuando digo ahí voy me suelta el cabello y me da una patada, entonces me dio mucha pena, entonces de esa me acuerdo, ya cuando no me pegaba me ofendía, pero me ofendía muy feo, me decía cosas que además no hacía, él siempre me decía que tuvo una infancia muy triste y muy fuerte y que nunca tuvo nada y por eso quería que nada nos pasara y que nadie nos tocara, pero pues nadamas a mí, a los demás no y mi mamá siempre estuvo ausente en ese sentido, o sea no me defendía, no, no decía nada,

Al preguntarle sobre el papá ella narra que vivió una situación parecida de violencia, su vida fue muy triste y muy fuerte, en donde hubo carencias y quería protegerlos sin darse cuenta que en ese proteger estaba lastimando a sus hijos y en este caso fue más marcado con GEA pues menciona que ni con sus hermanos ni con su mamá era así.

GEA: ...mi mamá era muy seca, nunca nos abrazaba, nunca nos daba un beso, nunca nada, entonces siempre fue seca y este... pero yo no, en ese momento no pensaba en mi mamá, si nos ayudaba, ya hasta después con los años, dije bueno mi mamá ¿porque nunca me defendía? y no era una niña problemática, era una niña al contrario y mi papá era mi ídolo así como lo máximo, este(...)

En cierto punto GEA también le reclamaba a su mamá por no estar presente, en no defenderla, en ser indiferente, por lo que la relación con ambos padres estuvo demasiado marcada en su vida y llena de reclamos e indefensión.

GEA: ...entonces mi niñez fue preocupona muy de este... no me correspondía hacer esas cosas de los hijos y demás, entonces vivía yo preocupada para que no se fuera a enojar mi papá y hacia las cosas que él quería, comía lo que él quería, me decía prueba esto también te tiene que gustar, probaba y ni me gustaba pero yo decía que sí, este... hacíamos cosas como muy, pues que te puedo decir, muy(...) íbamos a comprar ropa y a mí no me dejaban escoger lo que yo quería, a mi me compraban igual que a mi hermana y a mí me chocaba estar vestida igual que ella, pero (...), no podías hablar por teléfono, tenías que pedirle permiso y él le ponía candado al teléfono, compraba refresco, nosotros no tomábamos refresco y los escondía, era muy egoísta en ese aspecto, pero a, a mi me... me acuerdo mucho que, que nunca entendía esa dualidad de golpearlo o maltratarte y luego irte a abrazar, eso me sacaba mucho de onda, pero me había acostumbrado a eso...

El papá de GEA siempre tuvo cierta represión sobre la entrevistada, menciona que decidían por ella pues ella no tenía ni voz ni voto en esa familia, si no era el papá, se observa también que GEA creció con muchos miedos, con el miedo de que llegara su papá porque la iba a regañar y que en todo momento siempre había algo que no había hecho bien y que eso era motivo de regaños, o de golpes, pero después venía la otra parte en que pasado el enojo, por la culpa o el remordimiento que tenía su papá, iba y la abrazaba, pero aun así podemos ver a un padre de autoridad en dónde a pesar de ya haberles pegado les preguntaba que sí sabían el motivo por el cual les había pegado y si ellos no lo sabían él se enojaba, creciendo en un ambiente en dónde tenían que darle la razón a la autoridad a pesar de que ellos no supieran verdaderamente los motivos, o no estuvieran de acuerdo con las cosas, un hogar en donde se les imponían los gustos y no eran libres de elegir libremente sobre ellos mismos, pero sobre todo podemos ver que al padre no le importaban las ofensas que les hacía ni siquiera delante de otras personas que es lo que más recuerda GEA cuando dice “eso nunca lo voy a olvidar”.

Ahora veremos un caso diferente en el que la que maltrataba era la mamá, para así poder ver los extremos por los cuales están cruzadas estas historias de vida; ésta es la primera entrevista, y corresponde a HERA:

HERA: ...en pocas cosas que a mí no me quería tener, mmm y este que más... pues con decirte que un día me la canto, cuando yo me enferme como a los 2, 3 años, ahí yo entre en depresión, después de que yo entre en depresión por lo que me paso, volví a entrar en depresión, porque ella me la canto y me dijo, sabes que a mí me vales gorro, no sé ni porque chingados te tuve, hasta pinche defectuosa te tuve, no se para que chingados te tuve, te hubiera abortado también que quien sabe que, no, un montón de cosas...

Al realizar esta entrevista HERA mencionaba como su mamá la trataba y todo lo que le decía y ella se ponía roja de los pómulos al simular la voz de su mamá, incluso se le cortaba la voz al pronunciarlo, pero su voz era firme cuando habla sobre los reclamos que aun le tiene ya que su expresión corporal expresaba que aun no ha trabajado esta parte en su vida al momento de preguntarle sobre la mamá, ella respondió:

HERA: iba a cumplir 16 años, como que te traumas de todo eso y dices o sea es tu mamá ¿no?, soy tu hija, o sea yo tampoco te dije, ve a coger, yo tampoco te pedí venir al mundo, ¿no?, yo no te pedí que te embarazaras de mí, por algo estoy, yo si le dije, fui muy clara yo con ella, le dije, yo no te pedí venir al mundo ni te dije tenme, por mí me hubieras abortado y de hecho tiene mucho que discutimos y siempre me lo está recalcando, porque cuando ella y yo discutimos uff nos decimos hasta lo que no, discutimos horrible y este, así como ella me dice las cosas yo se las digo, al principio yo tenía mucho miedo, ahorita no me vale gorro, la verdad le contesto, yo le tengo a mi mamá coraje, le tengo mucho coraje por, yo creo que eso no se dice, eso no lo dice ni la peor madre del mundo a un hijo, yo gracias a dios, porque estoy aquí, enferma, pero no me considero enferma, la verdad... lo bueno se me ha quedado, lo malo la verdad (chasquea las manos), adiós y no me interesa, lo que opine la gente de mí no me importa, nunca me ha importado, le digo a mi mamá si eso es lo que piensas de mí adelante, ya estás en el presente ya no te puedes echar para atrás, es tu bronca si no puedes es tu bronca a mí no me interesa, créeme que con mi mamá han sido un montón de cosas, yo digo que por eso ya ni me dice nada...

Es bastante notorio que ella aun le tiene reclamos a la madre, incluso se pone al nivel de ella, pelean como bien lo menciona y cuando llegan a puntos máximos de enojo se dicen “hasta lo que no”. Hablamos de que la madre es un vínculo importante, ya que de ella es de quién toamos la vida, la mamá es hacia quién nos dice la teoría que debemos de tener gratitud y con quién debemos de tener armonía para poder construir en nosotros, la madre es una parte esencial de nuestra existencia y ésta nos conecta a la madre tierra, entonces en HERA podemos observar que es una lucha de poder entre ambas en ver quien tiene la razón, llega un punto en el que a ella dice “valerle gorro” pero que en realidad no es de esa manera ya que aun al hablarlo sin que éste la madre presente, ella pareciera que si tiene muy presente todos esos reclamos de los cuales no se puede liberar.

Ahora veremos que HERA nos habla también de su papá y de la ausencia de este, en donde a ella le hubiera gustado conocerlo y saber de él pero por decisión de su mamá no podía hacerlo.

HERA: ...del él no te puedo rescatar algo así, yo nadamas lo conozco de vista y de foto porque en si mi mamá nuca me dejo, él vivía bueno su familia de él, yo sufrí, bueno lo que yo si sufrí cuando tenía, más o menos unos 12 no es cierto a los 17 años, sufrí mucho porque se murió su hermana, era con la única con la que me comunicaba y haz de cuenta que en sí si me busco el mucho tiempo, pero mi mamá no me dejaba ni que se acercara ¿no? Y él me iba a buscar que esto que el otro y el dejo de hacerlo y lo que yo me acuerdo es que me comunicaba con mi tía, se murió y ya no tuve ninguna comunicación, las que viven por ahí, es que ellas mis tías viven por ahí por la casa de mi tía, por Naucalpan...

HERA comenta que el contacto más cercano que tenía con su papá era con la hermana de él, a la cuál recintio mucho cuando ella murio y que por ese suceso hasta la fecha dejo de tener algun tipo de comunicación con su papá.

la verdad creo que después de tener a mi hijo, creo que es lo segundo que yo quisiera, antes de morirme es lo que yo quisiera, ver a mi papá, hablar con él y a ver qué onda con el ¿no?, que porque esto lo otro, de hecho él tiene una familia, tiene dos niños, es más chico que yo y pues si platicar con él más que nada ¿no?, porque mi mamá tiene su versión, ellos tendrán sus problemas pero yo soy muy aparte...

HERA nos habla del deseo que tiene de ver a su papá, de hablar con él a pesar de que él tiene otra familia ella quiere verlo y como dice lo que paso con sus papás es una situación

muy aparte de ella, que es la segunda cosa que quisiera hacer antes de morir lo que nos deja ver el anhelo que tiene por conocer a su papá.

En esta historia de vida a diferencia de la otra la mamá es la que agredía considerablemente, pero también aquí podemos ver que el padre estuvo ausente, aquí la que se encargó de criar a la hija fue la mamá, pero en su mayor parte la abuela materna, ya que la mamá tenía que trabajar, esta entrevistada menciona que a su abuela materna le llama mamá.

...me conto si, que estuvo sola, que nadie estuvo con ella, me dijo que al mes nadamas ella llevo en brazos, bueno me llevo en brazos a mí, me trajo a la casa, me dejo con mi mamá un rato y se fue, se fue a trabajar, así como si nada, mi mamá(que es la mamá de mi mamá), se sacó de onda, yo así de pues porque o que ¿no?, me dice es que en ese momento yo no estaba lista para tenerte a ti, le digo yo que tengo la culpa, le digo y paso y pues en si yo sentí un rechazo ¿no?, en ese momento que me dijo, yo sentí un rechazo de que no me quería tener...

El cómo se concibe nuestra existencia en base a que si nuestros papás nos querían o no, si fuimos hijos de adopción y planeados o si fue sólo por un descuido, es una parte importante en el cómo seremos en la vida, que información traemos en el cuerpo y éste mismo qué proceso empieza a construir desde ese instante, como nos vinculamos con nuestros padres y con el universo desde el momento de ser concebidos, es importante en ésta entrevista mencionarlo, pues la entrevistada nos dice que ella sentía el rechazo de su mamá y que aún le tiene rencor.

Veamos ahora la historia de vida dos que corresponde a AFRODITA, para ver en esta historia de vida como es que el padre estaba ausente a pesar de físicamente estar presente en la familia:

AFRODITA: mi papá pues yo desde que recuerdo, pues mi papá siempre fue alcohólico, si tenía tiempo de estar en casa, no sé, duraba en casa, 8 meses, 9 meses y demás no sé 3 meses se iba a tomar y así era un tiempo dedicarse al alcoholismo y otro tiempo en casa, una persona muy pasiva, muy tranquilo, con nosotros, este... nunca nos agredió, nunca, bueno de manera física o verbal nunca, nunca nos agredió, muy pasivo este... muy trabajador, casi no convivimos mucho con él, porque igual en

el tiempo que estaba en casa, no hablaba nada, no platicaba nada, se acercaba a nosotros pues, como padre...

El papá estaba ausente ya que era alcohólico, pasaba con ellos unos meses y después se iba otros meses, era muy tranquilo, pues a pesar de beber no las golpeaba y no las insultaba, también era trabajador como lo menciona AFRODITA.

AFRODITA: ...pues mi mamá siempre fue muy estricta, pues una mujer que se exigía mucho a ella misma y por lo tanto nos exigía mucho a nosotros, a mis hermanos mayores pues siempre trabajando, desde pues su adolescencia, trabajaron y pues por lo mismo tuvo mi mamá la necesidad de salir a trabajar, una de mis hermanas la mayor de las mujeres, tomo su lugar, entonces ella era la que se hacía responsable de nosotros en casa y darnos las responsabilidades a nosotros en casa, entonces am... pues en ese aspecto fue muy estricta, estar todo en orden, casa limpia, este... uno en su persona limpio, no nos permitía relacionarnos mucho con vecinos, era la casa nadamas, el círculo.

La relación con su mamá según nos cuenta, era una mujer exigente con ella misma y con sus hijos, pero al tener que trabajar su hermana mayor tuvo que hacerse responsable de ellos, tomando un papel que a su hermana no le correspondía, en dónde también era una persona estricta a la que le gustaba mantener la limpieza y el orden, pero es lo único que nos comparte ya que niega haber sufrido algún tipo de agresión por parte de alguno de los dos padres.

...con mi mamá si le llevabas y hasta la fecha si le llevas la contra, pues este... son problemas ¿no?, lo que se dice o lo que se decía en ese momento, era lo correcto, no había más opciones, lo que yo digo es verdad y es bueno y es bueno para ti y como que, no te daba más opciones, este... Y pues de ahí se empezó a desencadenar muchas, muchas cosas en mí, no está esa inconformidad pero a la vez este(...), también yo tenía mucho apego con mamá, mucho, mucho apego, mis hermanas se comenzaron a casar, los mayores este(...) y pues ya yo me quede con ella en cuanto apoyarla en cuanto al trabajo, que mi mamá después de salirse de trabajar de donde ella estaba, ella era afanadora, comenzó a vender, vender comida, entonces como yo era la que estaba en mucho tiempo en la casa, pues yo era la que apoya ahí junto con mis dos hermanos menores, pero la que iba a vender, la que iba era yo, entonces de ahí como que yo

empiezo a adquirir esa responsabilidad también, de empezar a generar, a producir para la casa, este... y así estuve con ella como 10 años, viviendo igual el alcoholismo de mi papá, de repente llegaba mi papá a mover a ese negocio, llegaba de tomar y le dejaba la rienda del negocio, la administración y a trabajar, mi papá no se la pasaba con él y la entiendo ¿no?, es una enfermedad, se decaía y dejaba todo, así podía él hoy estar bien y en la noche ya no regresar, entonces yo era cuando entraba ahí, a tomar la responsabilidad de él, no nadamas de él sino todo lo que conllevaba el negocio, junto con mi mamá y entonces así pase, por muchos años, igual viviendo como, de repente llegaba él y se peleaba y vivía todo esto, entonces ahí igual me empecé a llenar de coraje porque decía, mi mamá decía ya no lo quiero ver aquí, ya no, se peleaban y yo le decía pues ya déjalo ¿no?, córrelo, todas esas opciones que ya son conocidas de una familia alcohólica ¿no?, le decía a mi mamá pues ya déjalo, divórciate, no tiene caso, no, siempre ella nos decía por ustedes pero pues bueno, ahí fue donde me empezó a generar coraje, coraje, coraje, coraje

AFRODITA menciona que también empieza a hacerse cargo del negocio y que empieza a generar ingresos a la casa desde una edad chica, nos dice también que cuando su padre llegaba se llevaba el dinero y a pesar de eso su mamá no hacía nada incluso ella le decía a su mamá que lo dejara, es dónde AFRODITA empieza con una serie de corajes a raíz de la situación que estaba viviendo.

En la historia de vida tres que corresponde a ATENEA, vemos que la mamá era la que agredía a los hijos y que tenía un problema de alcoholismo, en este caso el padre no vivía con ellos, pero de vez en cuando los iba a visitar.

ATENEA:...te voy a ser sincera (se ríe), mi mamá me pegaba mucho, mucho, muchísimo, bueno a todos nos pegaba y tomaba mucho ella, tomaba mucho, me pegaba mucho, dejo a mi papá, metió a hombres a la casa, entonces que diga todos tenemos muy bellos recuerdos ¡No!, entonces yo como que si siento un tantito así como rencorcillo, aja...

En esta entrevista también se menciona tener un rencor hacía mamá, en donde ATENEA, vivió violencia, en un hogar donde estaba el alcoholismo de su madre y el constante contacto con hombres que ella metía a la casa.

ATENEA: ...con mi papá no, yo digo que él era, bueno nunca, nunca, nunca me pego, eso sí se ponía a darme el sermón, ahora, ahora sí y a todos nos agarraba parejitos, pero nunca nos pegaba, nos traía de arriba para abajo, él si fue muy bueno... venia en ratos, venia los jueves o entre semana una o dos horas en la tarde, sábados y domingos, o el domingo allá o acá y así...

Su padre no vivía con ellos por lo que ella menciona solo iba a verlos jueves, entre semana o fines de semana, pero ella siente agrado hacía su padre porque nunca le pego; al mencionarlo en la entrevista se puede ver que el tono de voz cambia a uno en donde se nota mas tranquilidad al mencionar a la figura paterna.

En la historia de vida cuatro que corresponde a ELECTRA es de interés decir que ella tiene 14 años, en esta historia de vida se puede ver que inclusive ella a pesar de estar tan chica de edad pudo construir una enfermedad así de compleja como lo es el lupus, aunque aquí el interés radica en que hay una mezcla de emociones entre ella y su mamá que corresponden a las entrevistadas a las cuáles les fue diagnosticado el lupus a edades mayores, en cuanto a la relación con papá podemos ver que igual hay enojo y reclamos

ELECTRA: mi papá, es que tuvo un problema, él tenía otra familia, ya tiene tiempo, pero yo le agarre un resentimiento, así muy fuerte y desde la playa, siempre y siempre, siempre, siempre le echaba la culpa, decía mi mamá que no era su culpa, ya hasta que me explicaron esto de que las enfermedades en algunos se desarrolla y en otros no, pues ya alomejor, pero siempre era que por tu culpa, tu culpa...

ELECTRA estaba con el papá por tener otra familia y culparlo de la enfermedad que tiene, del resentimiento que le tenía e incluso su mamá le decía que no era culpa del papá, a lo que ella más tarde entiende cuando le explica un medico que las enfermedades las tienen todos y que en unos sí se desarrollan y en otros no y deja de culpar al papá.

En la entrevista seis que corresponde a ARTEMISA su papá biológico no estaba con ella; sin embargo, tuvo un papá que fue el papá consanguineo de algunos de sus hermanos, pero como ella menciona el jamás hizo una distinción entre ninguno de ellos y ella lo quería realmente como su papá, incluso lo dice textual, “él era su papá”, aquí la relación con la madre era la que estaba un poco en conflicto ya que ARTEMISA le guaraba cierto miedo.

ARTEMISA...muy especial, era de lujo, era un papá muy querendón, muy respetuoso, no era nuestro papá de sangre, era papá de crianza, mi mamá cuando tenía a PENÉLOPE, a mí y a otra de mis hermanas se separó de él y se quedó con mi papá ZEUS que fue el que nos crio prácticamente, PENÉLOPE llegó de 4 años, yo llegué de 2 y HELENA llegó de meses, entonces mi papá ZEUS, fue el que nos crio y nos educó... ya cuando nosotros empezamos a crecer, teníamos que dormirnos de 2 en 2 en las camas para poder caber todos ¿no?, entonces mi papá entraba en la noche del trabajo y lo primero que veía pues era a todos los que estábamos acostados, entonces me acuerdo que una vez mi mamá le dijo, a esas niñas todas las noches las encuentro destapadas, así que desde mañana nos vamos a ir a traerles pijamas y a todos nos uniformo con pantalones de franela y camisas, dígame, eso lo hace nadamas un papá, un papá y luego muchas veces ni todos los papás lo hacen, porque cuantas cosas hay y él nos protegía, nos cuidaba, usted cree que no lo íbamos a querer, nos revisaba las tareas, nos las firmaba, nos boleaba los zapatos para que al otro día en la mañana nos otros nos fuéramos a la escuela y él nos boleaba los zapatos y nos decía están mal, hay error, pero nunca nos decía, cual era, teníamos que buscar cual era el error para corregirlo porque al otro día en la noche volvía a revisar cuadernos, o sea fue un papá muy amoroso sin ser de nuestra sangre, siempre nos quiso mucho y nos protegió a las 3, a las 3, a las 3, no hubo diferencias, sí mi hermana HELENA la que sigue de mí, no tenía zapatos y le faltaban a HELENA, primero le compraban a HELENA y luego le compraban a ANTÍGONA, o si a la chica le faltaba un uniforme, pero a PENÉLOPE le habían pedido un vestido de bailable para la escuela, pues primero era PENÉLOPE y después ellas, o sea mi papá nunca hizo distinción, mi mamá tampoco, o sea no

ARTEMISA menciona que a pesar de no ser su padre él las crio (le muestra mucho cariño a la hora de hablar de él en la entrevista), él las vio como su verdadero papá sin jamás hacer distinciones en nada, tuvo un papá que veía por ellas, les revisaba los trabajos escolares, les boleaba los zapatos, ARTEMISA habla muy bien de su papá por lo que se puede notar que ella menciona que la relación era buena.

ARETMISA: ... al otro, si lo conocí pero nunca lo trate

Al preguntarle a ARTEMISA por su padre biológico menciona que si lo conoció pero no lo trataba, en la entrevista se notó cierta indiferencia al referirse a él, por lo que recordando la teoría, él fue el que le dio la vida por lo tanto también necesitaría estar en armonía con su papá biológico aún al tener un padre que cubrió todas las necesidades que se requerían en su momento y que representara la figura paterna para ella.

ARTEMISA: ...mi mamá no fue muy dada a hacernos caricias, o a preguntarnos que nos pasaba, mi mamá es una señora muy linda, muy trabajadora, muy luchona siempre, pero como con un corazón muy frío, no es que no nos quiera porque nos demuestra su cariño a su manera ¿no?, pero no permite que uno se le acerque, entonces yo si le tenía mucho miedo porque mi mamá era (...), te agarraba a golpes, ella no preguntaba ¿Por qué? o ¿para qué?, nada, ella era los golpes, entonces si le tenía yo un poco de temor, cuando yo salí embarazada de mi bebé pues no hallaba yo ni como decirle, yo decía me va a correr, me va a pegar, el miedo, pero si no, miedo así de terror, de que me hiciera, no, no, no, ese temor que siempre los hijos tenemos, cuando llevamos reglas en la espalda y que tenemos que cumplir

Aquí al igual que en otras entrevistas la mamá también les pegaba, a lo que ARTEMISA refiere tenerle miedo a mamá por que le fuera a pegar, que hay reglas que se llevan y se deben de cumplir y era por eso que les pegaba, era un miedo a que le pegaran no un miedo de “terror”, entonces en ARTEMISA vemos que hay una indiferencia hacia su papá que biológico y un miedo hacia su mamá.

En las entrevistas 7 y 8 que tomamos juntas porqué son de HIPÓLITA y su mamá MEDUSA.

En HIPÓLITA, no se presenta algún conflicto con la madre ni con el padre, pero en el caso de su mamá con su abuela de HIPÓLITA sí, hay conflictos con ambos padres, pero el que está marcado hasta la fecha es la relación con la mamá, es decir la abuela de HIPÓLITA, se encontró lo siguiente:

HIPÓLITA: Muy apegada con mi papá, somos como cómplices

MEDUSA: La relación con mi papá muy distante no fue cariñoso, le daba igual, me pego sólo una vez pero me llevo mejor de casada con él que antes

Podemos ver como la relación de MEDUSA con su papá era de indiferencia y de distancia al decir “le daba igual” también menciona que se lleva mejor con su papá ahora que ya esta casada.

Ahora se describe la relación con la mamá en ambas:

HIPÓLITA: la relación con mi mamá es buena, nos llevamos bien

MEDUSA: Con mi mamá no tengo ninguna relación, con mi hija me llevo bien no me gustaría repetir lo mismo; ella es muy conflictiva no se realmente que es lo que le pasa, le he llegado a preguntar porque es así conmigo, ella cree que por qué es la mamá tiene que ser como ella dice, no hay buena relación y eso duele, me pego mucho, le tengo resentimiento, ahora tuve un gran problema, hace poco mi hija, mi hija mayor se fue a vivir con ella y al grado de que no me habla mi hija cuándo me ve...

En esta historia de vida podemos ver que HIPÓLITA no tiene conflicto alguno con ninguno de sus papás por lo que ella misma refiere, pero en el caso de su mamá MEDUSA si hay conflictos con ambos padres, con el padre con su ausencia y lejanía y con la madre de agresión y el resentimiento que le tiene aún como dice en la entrevista. Recordando que a HIPÓLITA le dio lupus a los 8 años de edad, podemos ver entonces que la que muy probablemente construyo en HIPÓLITA una enfermedad como el lupus fue MEDUSA su mamá, pudieron ser muchos factores los que influyeran en este ámbito para que HIPÓLITA tenga una enfermedad tan compleja a su corta edad y el proceso de construcción que haya tenido la mamá es vital para entender como se construyo el lupus en HIPÓLITA, retomando lo mencionado en cuanto a que tenemos una memoria corporal, que construimos rutas de viaje de la emoción y que estas pueden tener sus expresiones en cualquier momento de la vida, cuando la mamá ésta embarazada también se comparte información con el hijo, e incluso cuando el hijo ya es mayor este mismo sigue a algún miembro de la familia por lealtad tomando cosas de ese familiar, como se explico ampliamente en el segundo capítulo, marcando un punto valioso estas dos entrevistas y dejar profundizar e

indagar al respecto de cómo es que estamos conectados con los padres, sabiendo que si no acepto a alguno de los dos, por lo tanto no me acepto a mi misma.

En la novena historia de vida, encontramos una buena relación con mamá por parte de PANDORA pero con el papá al principio no, ya que como ella comenta su papá cambio demasiado el trato después de que nació su hermana.

PANDORA: ...con mi mamá siempre me he llevado muy bien, o sea es, digamos es la persona con la que confío plenamente en todo, o sea le platico todo, todo, todo o sea no hay cuestiones que no pueda hablar con ella, con ella la relación es muy estrecha y me llevo muy bien con ella y con mi papá pues como al principio era muy difícil, pues era obvio que todas le teníamos miedo, mas mi mamá y yo porque mi hermana ya nació cuando mi papá empezó a cambiar mucho, mi papá cambio radicalmente su forma de ser, pero digamos que al principio nosotras teníamos, bueno las dos lo queríamos mucho, bueno yo quiero mucho a mi papá, pero al principio si le teníamos miedo, pero conforme el fue cambiando pues ya, pues ahora es muy diferente, o sea bueno hace muchos años que cambio...

PANDORA menciona que sí quiere a su papá, ya que empezó a cambiar su actitud pues al inicio sí le tenía miedo y cuando nació su hermana él ya no era igual, por lo que hay una relación mas armoniosa en PANDORA con respecto a su papá.

Y por último en la decima entrevista que se realizo a ARIADNA encontramos lo siguiente:

...de niña la relación con mi papá de niña era muy cercana, ahora hay un poco de distanciamiento, porque él no quería que me casara ni que me fuera de la casa e hiciera mi vida y enojo hacía mi mamá, de niña casi no la veía trabajaba mucho, a veces tiende a controlar, ahí chocamos mucho...

Se observa entonces que todas las entrevistas estan atravesadas por el mismo suceso, tener algún reclamo, miedo o ausencia de alguno de los dos padres, o por parte de los dos, ésta es la tercera categoría que cruza a todas las mujeres entrevistadas de esta tesis,

marcando un punto importante, que es la relación y como estamos en cuestion de nuestro orgien.

3.1.4 Categoría 4: Acontecimientos importantes

Al realizar las entrevistas me di cuenta de algo muy importante, al haber casi concluido las entrevistas y cuando me preguntaban las entrevistadas que por qué creía que daba la enfermedad de lupus y les comentaba la relación de los cinco elementos con las emociones, me comentaban que había algo que no se había dicho en la entrevista, entonces me mencionaban lo ocurrido, detecte que había abusos o violaciones hacía ellas, es por eso que decidí abrir este apartado, para ver aquí este proceso y cómo esto mismo pudo tener una relevancia mayor para que cada una construyera la enfermedad de manera diferente e incluso ser punto clave para la construcción del lupus.

En la primera que encontré un suceso como este fue en ATENEA:

ATENEA: ...una vez sí, pero nos escondimos con mi hermanita abajo de la cama, la verdad no nos hicieron nada nos trataron de toquetear y nos pegaban

Recordando que ella menciona que su mamá metía hombres a la casa, se le pregunto que si alguna vez alguno de esos hombres le había hecho algo, ya que mencionaba tener miedo a lo que ella refirió que las intentaron toquetear, un abuso por parte de los hombres que su mamá metía a la casa.

La siguiente entrevista es la seis que corresponde a ARTEMISA:

ARTEMISA: yo me acuerdo también así muy vagamente, ya vivíamos en el edificio, nosotros nos dormíamos en la misma pieza donde se dormían mi papá y mi mamá, pero era un día de reyes, mi papá y mi mamá se habían ido a comprar los juguetes y había una señora que a mí me quería mucho y yo le decía mamá Sarita, ella me había comprado una muñeca porque yo vi cuando se la dio a mi mamá, una muñeca güerita con pelo largo y rizos y le dijo que por favor me lo pusiera en mi zapato, entonces en cuanto se lo dio a mi mamá, cuando llegaron cuando no se si ya habían llegado, si mi papá ya había llevado alguna muñeca, no se el chiste es que ellos se fueron y este(...) apenas me entero de que mi hermana sí se daba cuenta de que me tocaba este tipo, de que me tapaba la boca, de que me amenazaba con que me iba a pegar y me

toqueteaba, me lastimaba y apenas me entero de que una de mis hermanas si sabía, se daba cuenta y nunca hizo nada, luego me entero que otra de mis hermanas igual y tampoco hicieron nada, yo era muy niña y yo pienso que dios me ha ayudado a que mi cabeza no se llene de tanto, pues de rencor y maldad ¿no?, de cuándo le hacen a uno daño a esa edad, pero no, yo lo supere sola, después mi papá se dio cuenta cuando iban llegando de los reyes y lo saco a golpes y mi mamá no me defendió, bueno que yo me acuerde que me haya revisado, o que me haya dicho algo, no, le gritaba a mi papá que no le pegara a su hermano y que no le pegara a su hermano, ya cuando ya se metieron, era hermano de mi mamá, ya cuando se metieron mi papá y mi mamá pues yo me quede asustada, callada, pero no me atrevía ni a mover, me abrazaba yo de mi hermana HELENA, yo vi cuando mi mamá le dijo a mi papá, pues mira esa negrita que trajimos pónsela en el zapato de ARTEMISA, a güera esa pónsela en el zapato de PENÉLOPE y yo había visto ya antes lo que habíamos hecho con la muñeca ¿no?, que me la habían regalado a mí y mi mamá se la dio a PENÉLOPE, esas son las cosas que a mí más me recuerdan, que me lastiman, pero hasta ahí

En la entrevista de ARTEMISA hubo un abuso recurrente por parte de su tío que es el hermano de su mamá, ella dice estar molesta también con su mamá y sus hermanas por qué se daban cuenta y nadie hizo nada para defenderla, sólo su papá el cual al darse cuenta de lo ocurrido lo agarro a golpes, pero su mamá lo defendía diciéndole que dejara a su hermano, lo cual en ARTEMISA ésta muy marcado pues menciona que su mamá ni siquiera le preguntó nada del hecho, ni recuerda que la revisara para saber como estaba, a lo que menciona que ella lo tuvo que superar completamente sola, siendo aún una niña.

En la siguiente entrevista encontramos algo parecido, sólo que la edad en la que PANDORA lo recuerda es un poco confusa por lo que ella comenta:

PANDORA: pues fijate que un día, eso me acuerdo perfectamente, estaba acostada en mi cama, estaba viendo a la nada y se me vino un recuerdo, de cuando yo era muy, muy, muy pequeña, ese recuerdo hizo que entrara en depresión, horrible, así en depresión de quererme suicidar así, entonces ese recuerdo se me vino a la mente, este, ¿porque razón?, no lo sé, pero eso marco una gran diferencia entre mi forma de ser de la prepa de antes y después, de que yo entre en depresión dure mucho tiempo y sin poder curarla, este, tomaba antidepresivos, pero nunca pude superarla, la medio supere y eso, cambie mucho, me volví muy pasiva obviamente porque estaba

deprimida, no tenía ganas de golpear a nadie, entonces hasta mis compañeros, hay que bueno que cambiaste, yo no supe si el cambio fue a bien o a mal, pues simplemente me volví muy tranquila, porque estaba muy deprimida, entonces digamos que una etapa muy difícil de eso pues fue cuando mi hermana ya estaba más grandecita y fue esa etapa de cuando yo estaba muy muy deprimida, la etapa del completo rechazo con mi hermana, ese es uno de los eventos que yo me acuerdo, así muy claro que marco una gran diferencia de cómo era yo antes y como fui después...

Al principio PANDORA no menciona cuál era el recuerdo que tenía que era el causante de que ella tuviera una depresión, si no que nos cuenta como fue el proceso de esa depresión, lo que llamo mi atención pues qué tipo de recuerdo tiene el poder de ser tan fuerte para que te sumas en una depresión en la cuál tengas la necesidad de tomar antidepresivos, pero indagando más e insistiendole para que comentara cuál había sido aquel recuerdo ella respondió:

PANDORA: ... fijate que fue un recuerdo muy difícil, que después lo confirme o más bien lo desconfirmo, según yo recordaba que este(...), que habían como abusado de mí, pero que crees que ya después este(...), hable con la persona que según yo recordaba, era un familiar, no era un familiar cercano, si no era un familiar lejano, pero yo tuve la oportunidad de aclarar bien las cosas, después de que paso mucho tiempo de ese recuerdo, entonces resulta que él también se acordaba y para él fue muy difícil, porque él era un niño y yo era una niña chiquitita, entonces ese recuerdo fue cuando yo tenía dos años, o sea fue un recuerdo bien difícil, ahí estaba, entonces si tú me preguntas, porque tanta ira, tal vez sea porque ese recuerdo estaba y como alomejor nunca lo había sacado consciente, de repente se vino así..

PANDORA aun evadía hablar del recuerdo, pero dio la primera información importante que nos ubica en el contexto y es que fue a una edad muy pequeña, en donde aun no se tiene la consciencia plena de las cosas, aún así ella lo recuerda, también es de relevancia que ella menciona que tal vez sea por eso tanta ira que tuvo a lo largo de toda su vida y de cómo era el comportamiento de ella en su escuela, pues menciona en la entrevista que era muy agresiva con sus compañeros y que a todos les pegaba, después de seguirle insistiendo ella responde lo siguiente acerca del recuerdo:

PANDORA: ... era un tío, él tenía como 12 años o sea era un niño, o sea la situación fue muy difícil ¿no?, fue muy especial... pues según esto, he(...) no, en el sentido así como formalmente un abuso no, una violación no nada de eso, simplemente fue como que él quiso jugar, pero pues él un niño de esa edad, más o menos como quien sabe a qué quieren jugar, entonces yo en el momento en que quiso hacer algo, ya me conto mi mamá que yo grite, que su mamá de él le pego muy feo, pero fue muy traumático para los dos, realmente, entonces cuando yo le vuelvo a decir él ya está grande y le vuelvo yo a decir, se acuerda, me pide perdón porque él dice que aunque él nunca lo quiso hacer de manera consciente, pues ya después le dolió mucho porque él si se acordó, nunca lo olvido o sea él a diferencia de mí nunca lo olvido, entonces que para él era muy traumático también, entonces pues digamos que fue como, fijate que fui al psicólogo y me dijo que hiciera eso, que porque era una terapia como de perdón, tanto si yo lo quería perdonar y él a mí o más bien yo a él, para que él también dejara de sufrir ¿no?, entonces me sirvió mucho esa parte, este entonces, me costó mucho trabajo ya después, como evitar la cuestión o sea el dolor por ver cosas sexuales ¿no?, aunque nunca paso absolutamente nada, pero yo lo relacionaba mucho, entonces para mí era un trauma y ese fue, pues ya después con terapia y auto terapia ya se me fue quitando, pero este (...), pero si todavía si veo cosas de esas, como que si siento, me estremece, o sea como que se me hace muy feo ¿no?, siento feo

Son muchos los factores que implican que una persona no quiera aceptar un hecho que paso e incluso hablarlo, por las cuestiones familiares, sociales o morales, como es el caso de PADORA, dónde evadío por un largo rato durante la entrevista el recuerdo enfocandose sólo a lo que éste le había hecho sentir, inclusive al decirlo lo dice con pena e intentando o queriendo defender a su tío, en donde ella justifica que él no sabia que estaba mal o que al hablarrlo con él ahora después de tantos años él si lo recuerde a diferencia de ella, intena pareciera lo que es justificarlo, lo cuál ella menciona ya haberlo trabajado en terapia psicologica y con el perdón, pero en ella se observa que es algo que la dejo demasiado afectada ya que actualmente la parte sexual en su vida le cuesta trabajo de aceptar, por lo que al ver también que le cuesta trabajo decirlo durante la entrevista se puede creer que aun es algo que no logra superar del todo.

Y por último en la entrevista diez que corresonde a ARIADNA se econtro lo siguiente:

ARIADNA: Tuve un abuso sexual por parte de un vecino, era esposo de la señora con la que luego me encargaban y fue por un periodo largo, no recuerdo el tiempo

Aquí a diferencia de las otras entrevistas en dónde solo hubo abusos podemos ver que si hubo una violación, que fue por un tiempo prolongado según menciona ARIADNA, el hecho de su mamá la dejara sola tanto tiempo también es motivo de reclamo de ella hacía su mamá en la entrevista, a ella le costo mucho trabajo responder a toda la entrevistas por lo que se puede creer que es la que aún tiene mas marcado su pasado y del que no le ha sido nada facil mencionar.

Siendo parte importante ésta categoria en ésta tesis, pues se puede observar que ésta muy marcado aun en las entrevistadas cuando hablan del tema a pesar de que ellas dicen ya haberlo superado, éste capitulo nos da un panorama más amplio de lo que cada paciente se apropio y por que hace diferente el lupus en ellas que en otras, es decir que el lupus presente más o menos síntomas que en las demás, entendiendo ampliamente el proceso individual de cada una.

3.1.5 Categoría 5: Relaciones con hermanos y familiares:

La categoría de hermanos y familiares de las entrevistadas es una puerta para poder ver como es la relación al interior del núcleo familiar, hablar de la familia nos puede mostrar cuáles son las maneras de apropiación de la misma entrevistada, de cómo se siguen patrones o lealtades, qué lugar toman en la familia y si éste es el lugar que les corresponde dentro del sistema, algo que podemos ubicar desde el simple hecho de ver como se sientan en la mesa a comer los integrantes de la familia, como es que se ubican cuándo van caminando en la calle, o en que lugar se duermen, sabiendo que en nosotros como ya se mencionaba hay dos fuerzas que es el yin y el yang que dentro del mismo existe un poco del otro, el lugar que ocupemos nos hará tener una posición ya sea con mayor poder o dominancia o de igualdad o sometimiento; el saber como es el vínculo entre hermanos también nos deja ver cómo creció y se desarrollo la persona, en que ambiente, bajo que circunstancias, ella como lo concibe si cree que fue a la que menos o más querían, sí a todos

se les trataba igual, sí habían maltratos hacía todos o sólo hacía unos cuantos o reclamos hacía los mismos hermanos, violencia, ésta categoría nos deja ver un panorama muy amplio, así que aquí se citan las entrevistas en dónde se encontró mayor relevancia y en las que mujeres que se repite éste trato familiar.

La primera cita corresponde a la entrevista dos:

AFRODITA: ...bueno con los mayores, como ellos tomaron el rol de papás, pues si con ellos era como que muy limitada, a veces hasta con miedo, porque también eran muy estrictos al igual que mi mamá, entonces pues no, no había mucha comunicación ni mucho acercamiento, con los más pequeños o si los menores de ellos, si era buena y por lo general siempre ha sido buena, siempre las diferencias ¿no? Por(...) yo creo cuestiones de horario si las hubo pero siempre fue buena

AFRODITA dice que la relación con sus hermanos era buena, pero que había una limitación con los hermanos mayores puesto que ellos tomaron el rol de los papás ya que sus padres trabajaban y dice incluso sentir miedo pues eran estrictos y con los hermanos menores había mas comunicación ya que ellos sí tomaban el lugar de hijos que les correspondía.

...mis hermanos pues a lo mismo, no permitían que hombres, vecinos, nos hablaran que tuviéramos amistades, que tuviéramos novio, no había eso, no había ni esa libertad de expresar lo que yo quería o lo que yo necesitaba, porque siempre había un ¡No!, oye que quiero esto, no, hasta para los zapatos, ahora lo entiendes que era por la economía ¿no?, por la economía porque si era muy, era muy limitante, entonces si a mí me gustaban un par de zapatos me decían, no ese no, estos y la ropa igual, me decían es esto, te vas a poner esto, esto es lo que hay...

La relacion con los hermanos nos dice AFRODITA fue bastante limitante, en el aspecto en que no podían tener amigos ni novio al igual que en el aspecto material, pero en ese momento ella no comprendía como se manejaba lo de la parte material hasta tiempo después.

AFRODITA: ...cuando yo salí de la secundaria yo vivía con mucho miedo, pero de ahí mis hermanos entraron a trabajar al seguro social, me dijeron ellos tú vas a estudiar enfermería, para que trabajes más rápido y puedas ayudar a mamá, entonces yo entre al CONALEP y en ese entonces entraba gente pues adulta, entonces yo entre ahí de 15 años, entonces yo me empecé a relacionar con gente mayor, con otras ideas, ya independientes, entonces este(...) pues no me encontré con muy buenas personas, entonces de acuerdo con lo que yo viví en casa, a veces platicaba, este lo que vivía y me decían no es que eso está mal, haz esto, haz el otro, yo no tenía acercamiento ni con mis hermanos ni con mi papá, ni con mi mamá, ni con nadie, no tenía acercamiento, entonces como que yo me hice así muy aparte y de ahí empecé a saber que eso estaba mal y como que dentro de mí se empezó a llenar de mucha ira...

Ella comenzó a relacionarse con gente mayor y que era independiente, por esto mismo ella comenzó a alejarse de sus hermanos y de sus papás por lo que comenzó de nuevo a estar instalada en la emoción de la ira, los hermanos fueron los que le eligieron la carrera y lo que tomaron en cuenta fue que con una carrera técnica ella podía trabajar inmediatamente para ayudar a su mamá, sin siquiera pedirle su opinión de si era lo que quería estudiar o no, pues fue una imposición de sus hermanos pensando en la economía del hogar viendo a AFRODITA sólo como alguien que podía aportar dinero sin tomar en cuenta sus intereses y necesidades personales.

AFRODITA: ...no me puedo acercar a mis hermanos, no me lo permiten, siempre hacen de golpes, si no haces esto vas a ver te voy a pegar, si no haces esto, entonces difícilmente lo que tu sentías, lo que tu creías no lo expresabas, por miedo...

El miedo que tenía Afrodita era también hacia sus hermanos, pudiendo ver que el ambiente y la atmósfera que se creaba en torno al desarrollo que ésta tenía, era tenso, en donde se manejaban con golpes, donde ella misma no podía expresar lo que sentía o creía pues su decisión y su punto de vista no eran tomados en cuenta, no tenía ni voz ni voto.

AFRODITA: ...uno de mis hermanos mayores que es, el primero, no se amm(...) tomo tan en serio el lugar de mi papá que, mi papá nunca me vigilaba después de que tuve a mi hija nunca me vigilaba, si a qué horas llegaba y a qué horas me tardaba, me

hicieron saber es tu responsabilidad, tú tienes que hacerte esto y aquello, peor éste hermano si estaba muy al pendiente, a qué horas llegaba a qué horas me iba, al poco tiempo entro a trabajar al seguro social como enfermera, este(...) y siguió la misma problemática, tu sales a tal hora y tienes que llegar aquí a tal hora y si no llegaba o si yo me negaba a dar explicaciones de porque este... me pegaba, entonces ahí empecé otra vez a guardar más ira, empecé a guardar más ira, mas ira, enojo y bueno eso como 3 ocasiones paso hasta que pues ya dije ya no, ya no puede ser, ¿no?, fui a levantar una demanda, un acta este(...) aquí mis hermanos pues ya no, pues tuvieron que entrar ellos, amm(...) bueno y siguió así mi vida o seguía así mi vida, pero mucha, ahí ya fue coraje conmigo misma, porque estaba yo permitiendo otra vez eso...

Sus papás no le pegaban como sus hermanos lo hacían, ellos era demasiado controladores y posesivos, en cuando a las horas de entrada y salida de la casa, con respecto a lo que se tenía que hacer o no, empezando a guardar ira, enojo, reclamos, pero en el momento en el que ella pone la demanda me comenta en la entrevista que su familia arma un alboroto pues le decían que como era capaz de demandar a sus propios hermanos, cuestion por la que ella decide retirar la demanda y continúa así con su vida y el coraje que tenía en ese entonces empezó a ser hacía ella misma.

En el caso de ELECTRA solo menciona pelear con sus hermanas, ya que la relación con papá no es muy buena, pero con los hermanos discute bastante, con la hermana mayor y con el más chico, ella tiene 14 años y ocupa el lugar de la hermana de en medio.

ELECTRA: luego con mi hermana la grande si peleo mucho y con el chiquito

La relación de conflicto con la más grande y el más pequeño se debe a relaciones de poder puesto que la hermana es mayor y el hermano menor al que puede ser que se le de un lugar de predilección o más atención por ser el hermano pequeño.

En PANDORA se encontró lo siguiente:

PANDORA: ...yo la maltrataba mucho y por mucho tiempo este... tenia muchos traumas yo, ¿por qué?, quien sabe, pero estaba muy traumada y la maltrataba mucho a mi hermana, entonces he... ella es muy cariñosa y yo no dejaba que, así literalmente no dejaba que me tocara, entonces digamos que su primera parte de infancia de ella

fue muy difícil hacia conmigo y de mi hacia ella fue complicada, ya después cambio, ya después de depresiones, de ir al psicólogo y todo eso, pues ya cambio mi relación con ella, aunque mi hermana es muy huraña pero me llevo 8 años con mi hermana

Ella menciona que a su hermana no le permitía que se le acercara, al preguntarle la razón ella contesta que por qué sentía que la iba a lastimar o algo así, que por eso no permitía la cercanía pero también dice que después de terapias psicológicas la relación con su hermana cambio mucho, hasta la fecha menciona llevarse bien con ella.

3.1.6 Categoría 6: Relación de pareja

En la relación de pareja se encontró que hay cierta agresión en algunos casos y ausencia en otras, se tomaron 4 entrevistas de las más representativas en dónde se puede ver el proceso que cada una de las entrevistadas y lo parecido que son los casos, algunas otras entrevistas mencionan no tener pareja. El estar bien con la pareja representa en nosotros esa dualidad de armonía y crecimiento, como ya se había mencionado con la teoría del Yin Yang, en la pareja podemos encontrar esa fuerza del otro y ese apoyo mutuo para poder construir y crecer en mi proyecto personal y en el de ambos. En la sociedad en la que nos encontramos el tema en cuanto a la pareja es algo muy polémico puesto que se nos dice como debe ser la pareja ideal, se nos crea una imagen y estereotipos del hombre o la mujer perfecta, crecemos con la idea de cómo vamos a buscar a ese otro y muchas veces solo por llenar una carencia afectiva o por no estar solos se permiten cierto tipo de manipulaciones y violencia dentro de la pareja, hay otras que sin embargo logran salirse de ese círculo de codependencia, pero muchas veces cuando ya hay un daño muy grande y un deterioro significativo en el cuerpo, en éstas entrevistas que veremos a continuación se puede entender mejor este proceso.

La primera entrevista que tenemos es la de HERA que nos dice:

HERA: en primera por su carácter y bueno pasa, su carácter y el mío chocan, chocan mucho, él, yo siempre o sea yo siempre quería estar con él y con el niño, o sea que estuviera en la casa, bueno que fuera a trabajar y eso pero a él no, a él le gusta mucho andar en la calle, como él estaba de chofer vendedor, se la pasaba de lunes a

domingo trabajo y trabajo y trabajo nunca nos ponía atención, nunca siempre nos alejaba, que esto que el otro, llegaba tarde hacía lo que quería, este su mamá pues igual metiéndose, este haciendo pues igual ¿no?, y pues no yo no aguante tanto, de hecho una vez llegamos a golpes y pues ya de ahí dije no, hasta aquí y ya por que igual le estaba afectando mucho al niño y como que no, no se me hizo bien para el niño ni para nosotros, mejor así por la santa paz y ya...

En la entrevista de HERA se vivió un círculo de cierta indiferencia por parte de su pareja, como ella misma menciona él casi nunca estaba ya que se le pasaba trabajando o los alejaba, y que si estaba se la pasaba en la calle, era como si su pareja no tuviera responsabilidad alguna hacía ella, menciona también haber llegado incluso a los golpes, pero cuando ve que eso ya le está afectando a su hijo es cuando decide terminar con la relación, no sabemos si pudo haber sido diferente si es que no hubiera habido un hijo de por medio en la relación pues HERA tomó la decisión por el niño, al final dejó a su pareja y actualmente tiene un novio con el que menciona llevarse bien y sigue viendo al papá de su bebe pero sólo con la finalidad de que vea a su hijo.

En la segunda entrevista que corresponde a AFRODITA nos menciona lo siguiente:

AFRODITA: ...conozco a una persona mayor que yo, 4 años mayor que yo, el me embarazo, me deja, en cuanto supo que estaba embarazada me deja..., posteriormente conocí a una persona, paso lo mismo, paso lo mismo, me embarace otra vez y me volvió a dejar y fue todavía retomar más coraje, mas coraje contra mí, porque fue volviste a caer, volviste a creer, em (...) pues bueno hasta que empecé otra vez a tomar, otra vez empecé a traicionarme con personas así, entonces aunque yo trabajara en la mañana, aunque me fuera a trabajar en la tarde, aunque fines de semana yo me fuera a unos extras, yo me daba tiempo para irme a tomar, entonces pues comencé a tener una vida más estresada, comencé a tener mucha más presión en casa...

AFRODITA nos dice que se embarazó dos veces, de dos hombres diferentes, pero que estaba enojada con ella misma por estar repitiendo lo mismo, podemos ver como se reprocha y se culpa a sí misma y que por esta situación aunado a sus otros problemas empezó a consumir alcohol,

reptiendo en cierta forma lo que su papá hacía, ser alcohólico, en el capítulo dos hablamos de lealtades hacia los padres o incluso de patrones que se aprenden en casa, el hecho de vivir con una persona enferma de alcoholismo hace que AFRODITA se refugie en el alcohol pero esto lejos de ayudarla lo que ocasionaba era que se estresara y sintiera más presión en la casa.

empecé a tener miedo, pero un miedo de tener una relación, el miedo de tener una pareja, mmm(...) probablemente si hubo por ahí una persona, que alomejor sí quiso algo en serio conmigo, pero aquí no se permitió..

Después de haber vivido dos relaciones en donde la dejaron sola con sus hijas, ella tenía miedo a tener otra pareja, esta parte es significativa pues indica que ella se cerró a las posibilidades que se pudieron presentar en algún momento, además de que vemos que en su casa estaban muy marcadas las reglas de control sobre ella y que ni siquiera le permitían tener una relación.

...después de la niña salía con una persona, muchos años, pero no era una relación, pues muy estable, él era una persona divorciada mucho mayor que yo, a pero él tenía sus problemas con sus hijas y pues yo aquí no podía decir que llevaba una relación, porque era motivo de enojo... pues siempre estuvieran enojados, porque se me decía que yo no podía tener una relación por mis hijas, porque mis hijas necesitaban todo de mí, todo mi tiempo, me debía a ellas, entonces la mantuve, la mantuve oculta, por mucho tiempo, pero pues fue una buena persona, una persona muy tranquila, este pues una relación que se basó mucho en(...) en, pues en el respeto, no era muy este, él veía que, él me decía es que tu no debes de permitir que pase eso, porque independientemente que seas una mujer o independientemente que salgas conmigo, tú debes de darte un valor, o sea él vio todas esas deficiencias en mí, que a pesar de que yo era muy ruda a veces, o fuerte me valorizaba muy poco, entonces como que me fue fomentando un poquito de ese amor, de ese amor a mí misma, de ese respeto ¿no? Y en eso se basó la relación, por muchos años, una persona muy tranquila, muy pasiva, que él me decía pues a mí me gustaría conocer a tus hijas, me decía, siempre lo negué, siempre le puse trabas, de que no, que mis hijas eran punto y aparte, ellas no se tienen porque enterar de nuestra relación, tu y yo no vamos a ser algo más ¿no? Y así lo mantuve salí como por 4 años, 5 años creo, fue una relación tranquila...

Cuando ella menciona haber tenido a una pareja mayor, divorciada e igual con hijos se puede creer que buscaba a una persona que tuviera una situación similar a la de ella, donde no hubiera un compromiso serio, al final decide que quería nada serio y que no quería presentarle a sus hijas pues las mantenía muy aparte de la relación a pesar de ser un noviazgo que duro bastantes años, esto por el miedo a su familia y a las relaciones que había tenido antes se puede creer entonces que AFRODITA construyó un proceso de infancia, adolescencia y en edad adulta de mucho coraje, miedo, culpas y de una adicción al alcohol.

Ahora veremos la historia de ATENA que nos dice:

ATENEA: ...cuando me junte según era buena él me llevaba 28 años, yo tenía 17, tuve dos niños, varones, el más grande tiene 16 y el más chiquito tiene 14 o 15, pero no viven conmigo, yo los quería pero como el me golpeaba mucho, mucho, mucho, mucho, mucho, me pegaba diario, a la hora que llegaba, llegaba con mujeres y me decía que le hiciera de comer, si no quería pararme a hacerles de comer me pegaba y me pegaba y me pegaba y era ya, la última vez agarre a mis hijos ya estaba deforme, me escape y me los traje, no que no te voy a hacer nada, no me demandes, estaba embarazada su secretaria él era comandante de la policía, estaba embarazada su secretaria y pues yo ya le dije no pues yo ya me voy para allá para mi casa, de ahí me fui a vivir con mi mamá, no me dijo nada, no me hizo nada, espero yo creo a que se me pasara todo lo morado de la cara y todo, nada más un día de repente llego y me dijo, préstame a los niños porque me los voy a llevar a comer un helado, mi hijo me dijo no mamá, porque mi papá me da mucho miedo...

Aquí hay una relación de pareja con mucha violencia, en dónde le pegaban hasta por no levantarse y no hacer de comer, en ATENEA ha sufrido violencia por parte de varias personas, con su mamá, en su trabajo, con su pareja, dejando ver que ella vivió con demasiados miedos, en donde pudo haber construido la enfermedad, incluso el miedo se instaló en ella desde que era muy pequeña, a lo que toda su vida siguió con esa misma inseguridad y al elegir pareja también aparece muy marcada la violencia.

...mi esposo se acostaba con muchas, después de ahí anduve con otro muchacho, ya como a los 5 o 6 años que me quitaron a mis hijos, pero pues ya de repente me dejo, pero nadamas andábamos de andar y todo pero después él anduvo con una muchacha

y yo nunca supe, esa muchacha tiene SIDA, ella y él vive ahorita con ella o sea vive con ella, pero yo no sé si antes de andar conmigo anduvo con ella, porque después sí, pero ella decía es que andaba con él, entonces ese era mi miedo, porque yo decía y me hicieron todas esas pruebas, pero no salieron positivas...

El miedo que vivió ATENEA por tener VIH es importante aunado a todos los miedos que en sí ya tenía, menciona que su esposo era muy mujeriego, algo que en la relación de pareja daña mucho al otro, tanto en autoestima como emocionalmente.

...y pues de ahí, tuve otra pareja, pero igual bien mujeriego, se enojaba y me reclamaba, me daba mis chingadazos, dije bueno que estoy loca que tengo que andar, anduvo con una amiga, hace como dos años que ya y todavía hasta la fecha me anda persiguiendo y cosas así que ya, me dan como miedito le digo no si me sigues espiondo porque me veía a la cara y me pegaba y no me dejaba salir, no nada y decía bueno que estoy loca, yo no tengo ninguna necesidad de que me estén golpeando, salgo de una para meterme a otra, dije no y ya salí y conocí a este muchacho y hasta la fecha salgo a la calle y todo pero con precaución también porque si me da, me da miedito, ya estoy harta...

Y de nuevo vemos que se involucra con otra relación de pareja donde nuevamente vuelve a sufrir violencia física, tenerle miedo a su ex pareja, el ya no poder salir a la calle por miedo a encontrar al otro que la espía, el cuerpo lo siente y esa misma información que le mandamos al cuerpo construye sus mecanismos de defensa, el miedo en ATENEA fue muy constante y recurrente en su vida, se mantuvo por años y todos abusaban de ella pues la golpeaban, tener esto presente es importante, para poder entender mejor la construcción del lupus en ATENEA, en donde no podía defenderse de las agresiones que le hacían, en esa necesidad de tener que defender la vida y no poder hacerlo, dónde no se puede agredir hacía afuera y en dónde entonces la agresión va hacia el cuerpo, puesto que no se hace nada con la emoción, no se defiende la vida, no se desgasta la emoción, entonces se queda la idea de defender el cuerpo llevando este proceso de destrucción al interior.

La última historia de vida corresponde a PANDORA:

PANDORA: pues novios no tuve muchos, este(...) siempre fui una persona que vivió frustrada porque nunca pude tener un novio, número uno porque siempre estaba muy alta, entonces esa es una limitación para los hombres y para mi obviamente ¿no?, a lo mejor ahorita los estereotipos han cambiado mucho porque yo siento que los hombres ya no se sienten tan minorizados por una mujer alta ahorita, pero te estoy hablando de hace que, de 10, 15 años, o sea cuando en mi época de juventud, este(...) la mayoría de los hombres no eran muy altos, entonces yo estaba muy alta, o sea en el promedio estaba muy alta, yo sé que ahorita hay chicas más altas pero en esa época yo era muy alta o sea, no había nadie más alto que yo, después este(...) tengo un carácter muy fuerte y luego eso dicen todos, que soy una persona muy inteligente o sea demasiado ¿no?, entonces esa combinación, alto, inteligente, carácter fuerte, todo mundo me tenía miedo o al menos en la cuestión amorosa así como que no, no me la merezco ya sabes, ¿no?, entonces para mí eso fue frustrante, siempre fue frustrante y por ejemplo yo decía, no voy a fingir ser una mujer tonta como para que ellos no se sientan mal no, o sea no y luego no me puedo cortar las piernas, ¿no?, entonces pues yo dije no ya, entonces fíjate ese siempre fue un problema, nunca pude tener novios así bien que diga, o que yo supiera que le gustaba a alguien, nunca supe que le gustara a alguien y este y ya mi vida fue muy este, muy gris en ese aspecto, era muy torpe para las relaciones humanas en general, amigos fíjate que si he tenido muchos amigos, bueno compañeras porque ya luego te das cuenta que ni tus amigos son, pero si o sea siempre he sido muy sociable, o sea plático y me río y todo, me gusta mucho platicar con la gente y a la gente le gusta mucho platicar conmigo aunque no me conozca...

Ella tiene un proceso distinto a las otras entrevistas, pareciera tener mil pretextos para decir porque no tuvo una relación de pareja, se dice así misma que era una mujer inteligente, alta y de carácter fuerte, tenía una confianza de sí misma pero de forma brusca ya que no podía detener a verse también en otras cualidades que pudieran agrandar a los hombres, solo ve esta parte suya que hasta ahora la mantiene fuerte y en un estado de confort como lo es el saberse inteligente, en donde cubre bien su necesidad de autoreconocimiento y por eso justificar que no tuvo parejas.

Cerrando aquí éste capítulo se puede concluir que la relación de pareja es una parte fundamental de nuestra vida más no precisamente indispensable, el hecho de que tenemos una pareja es importante preguntarnoslo antes inclusive de iniciar con una relación,

el saber que a las entrevistadas les iba mal en la relación de pareja y sufrían de violencia o ausencia de ésta misma nos permite analizar de cerca el proceso de construcción del lupus en la parte emocional y de relación con el otro, en como mucho de lo que me apropie es parte de esto que vi de mis padres y que tengo de ellos, de las lealtades que tengo en un sistema y de todos los patrones que aprendí en mi familia de origen, la pareja es una parte importante y el hecho de que este o no marca algo en nuestro cuerpo, por eso se retomaron las historias de vida más representativas para ir hilando con las demás categorías el caso de cada una y ver que las que tuvieron el lupus con síntomas más intensos son las que tuvieron relaciones de pareja dañinas y son las citas que más se repiten en esta tesis, pero de igual forma veremos otros aspectos para ir dando coherencia y sentido a esta construcción del lupus y poder entender mejor su proceso en el cuerpo.

3.1.7 Categoría 7: Alimentación

La alimentación como vimos es parte fundamental para preservar la vida, un ser humano puede tener una buena calidad de vida siempre que coma y duerman bien como dicen los Taoístas, los tipos de alimentación van a variar dependiendo la geografía de un lugar a otro, al igual que las estaciones del año en que se encuentren, como se mencionó tenemos un Qi genético que nos heredaron nuestros padres y también tenemos el Qi adquirido que es el que nosotros recuperamos en los alimentos, el hecho de cómo comemos es parte importante para saber que tipo de calidad de vida vamos a tener y la duración de ésta, que tipo de amor y cuidado le damos a nuestro cuerpo con lo que nos llevamos a la boca, así como la preparación con que se hagan los alimentos, influye también desde sí somos agradecidos o no con la comida, pues detrás de un plato de comida está la mano de trabajo de al menos diez personas, que facilitan y elaboran el proceso de los alimentos para que lleguen hasta nuestra mesa, el hecho de que absorbamos al cien por ciento los nutrientes va a depender mucho de nuestro estado de ánimo que tengamos a la hora de comer, la actitud con que se coma y la gratitud que se tenga.

En la alimentación está la vida, cómo nos nutrimos es esencial y es una forma de conexión con la madre Tierra pues ella es la que provee los alimentos para que nosotros tomemos esa energía y la llevemos al cuerpo, muchas veces la comida también se considera sanadora, ya que en ella está toda la información que nuestro cuerpo necesita para seguir

existiendo, habría que tomar en cuenta que en nuestro plato deben existir los siete colores del arcoiris, también debemos consumir animales de todo tipo, como acuáticos, terrestres, aéreos, aéreos y terrestres a su vez, algunos en pocas o medias cantidades, que de igual forma va otra vez en relación con nuestro tipo sanguíneo y nuestra geografía, para tener un equilibrio dentro del cuerpo.

Hay solamente dos entrevistas donde se marca una carencia enorme de alimentación, las demás entrevistas son concordantes en que por lo general comían pastas, verduras cocidas, carnes como el pollo, pescado, carnes rojas en pocas proporciones según mencionan, tortillas, frutas y todo lo que es representativo de México, por supuesto que no faltan las grasas y en una que otra entrevista los refrescos, los refinados y no faltan al igual los productos con conservadores, refrigerados y con contenidos químicos que nos vende esta sociedad actual de mercadotecnia, los gobernantes que se tengan en el poder en determinado momento y el fácil acceso que se tienen a este tipo de productos, todas las comidas van marcadas por su sabor de preferencia de cada entrevistada el cuál se mencionó con anterioridad.

Es aquí donde nos abrimos a la posibilidad de que todo suceda dentro del cuerpo, así que hay que tener consciencia de que es lo que le estamos dando y con que mística lo estamos consumiendo.

ATENEA: ...mmm, puro huevo (se ríe), mi mamá nos decía fríamente tómense un vaso de agua yo no tengo nada y la que hacía de comer es mi hermana mayor, ella nos daba de comer y nos cambiaba y cuando comía bien era cuando venía mi papá y que las carnitas o que los vistes, porque de ahí en fuera pues no, no pues no, o sea eran puros frijoles, arroz, huevo, frijoles, arroz y eso hasta comíamos en el mismo plato los dos, o sea de dos en dos, porque mi mamá era, ahorita ya cambio mucho, pero antes dice que era así porque estaba ignorante, pero bueno cada quien va a pagar lo que debe pero nos sentaba en el piso en un plato de a dos, nos daba una alita a lo mucho y éramos 6

ATENEA tuvo una alimentación durante la infancia muy escasa, en donde se tenía que compartir con los demás hermanos lo poco que se había, hablando de que la alimentación es algo vital para el cuerpo se entiende que éste mismo sufrió un desgaste de energía por

mucho tiempo, principalmente riñón que como lo vimos cuando hablamos del Qi es donde se almacena la energía, esta historia es bastante representativa pues en ATENEA aparte de los maltratos por golpes y violencia también se marca considerablemente el deterioro alimenticio y si vemos conjugado todo esto a la emoción del miedo podemos ver de cerca la construcción del lupus o entenderla un poco mejor.

La segunda entrevista corresponde a PANDORA en la que vemos más adelante también tiene muchas complicaciones por el lupus, ella consume cosas altas en ácido y sales como lo son los quesos, los lácteos, yogurt entre otros.

PANDORA: ...es que depende, por ejemplo ahorita tengo muchos problemas con respecto a la alimentación, este... pero generalmente mi dieta se basa en lácteos, así como puros quesos, casi como puras quesadillas, o variantes de ellas, casi no se me antoja otro tipo de comidas, es muy difícil que coma este... otras cosas, casi como eso, o como algún tipo de carne, pero muy difícil, casi como, realmente como puras cosas con queso, aja, si últimamente, pero tomo mucha, tomo leche, como yogurt y así, pero este es difícil que coma otra comida

Al hacer una relación con el sabor dominante y la emoción, la ira sigue presente en su vida al igual que el miedo ya que estos alimentos son de origen principalmente ácido y salado, en donde aún encontramos que la emoción sigue o ya está instalada en el cuerpo y el órgano correspondiente y ya hay una ruta de viaje de la emoción, lo cual veremos más adelante para poder también localizar el órgano que está siendo afectado, que en este caso sería el hígado que corresponde con articulaciones, ojos, útero, lo cual encontraremos en la categoría del lupus en su vida y en embarazos.

Se puede entender ahora más ampliamente como van relacionadas las emociones, con los sabores de preferencia, con la alimentación que se tuvo en la infancia y si ésta cambio o no con el paso del tiempo, dejando en claro que la alimentación es la fuente importante para la vida y de donde obtenemos los nutrientes para abastecer al cuerpo y hacer que éste se mantenga en un buen nivel, o por el contrario que con nuestra mala alimentación hacemos que se deteriore el organismo y se vaya teniendo una pérdida de energía o mejor dicho una pérdida de Qi adquirido, ya que el cuerpo siempre busca autorregularse tomando la energía para mantener la vida de dónde sea y si no se consumen alimentos y que éstos nos

proporciones todos los nutrientes que el cuerpo necesita, éste comienza a tomarlo de algún órgano, bajando considerablemente su rendimiento y energía.

3.1.8 Categoría 8: Enfermedades

Tabla 8. Enfermedades que han tenido las entrevistadas.

| ENTREVISTAS | ENFERMEDADES QUE HAN TENIDO |
|--------------------|--|
| HERA | Lupus, Embolia pulmonar, falla renal, parálisis facial, infarto, falla hepática, varicela, gripas, úlceras en la boca, gastritis, gripas del, estomago |
| AFRODITA | Lupus, falla renal, quistes en mama |
| ATENEA | Lupus, Operación de un tumor en un ovario a los 8 años, parálisis facial. |
| ELEKTRA | Lupus, varicela, herpes, lesión en muñeca y codo derecho. |
| GEA | Tuberculosis en riñones, lupus, estreñimientos, dolor de estomago, varicela, paperas, infección en hígado, fibromialgia, pequeño tumor en mama, infección en vías urinarias, operación en la rodilla |
| ARTEMISA | Fiebre reumatica en la pierna derecha de niña, soplo en el corazón, dolor en articulaciones |
| PANDORA | Lupus, “Siempre tenía moretones desde niña, de cualquier cosa se me hacían moretones”, nefritis, aumento del tamaño del corazón, carditis, hipertensión, síndrome anti –fosfolípido, cirugía en rodilla izquierda, hipertrofia de cornetes (nariz) |
| HIPÓLITA | Lupus, gripas, estomago, varicela. |
| MEDUSA | Mamá de Hipólita, ella no tiene lupus. |
| ARIADNA | Lupus, gripas, infeccion en vías urinarias, articulaciones |

En esta tabla se muestran las enfermedades que han tenido las entrevistadas a lo largo de toda su vida, de lo que se enfermaban frecuentemente y de lo que también se enfermaron a causa del lupus. Es importante saber esto ya que al igual que la emoción como vimos cada órgano esta relacionado también con alguna viscera o parte del cuerpo, al saber de que se enfermaban con frecuencia nos permite ver que órganos eran los más afectados y poder buscarlo en la relación con los 5 elementos.

Como se muestra en la tabla las enfermedades más recurrentes eran vías urinarias, gripas, estómago, estreñimientos, lo cual nos habla de los órganos riñón/vejiga y de pulmón/intestino grueso, en algunos casos también aparece hígado y corazón, lo que nos refiere a las emociones de miedo, tristeza, ira y falta de alegría, pero también vemos que se enfermaban del estómago lo cual nos habla de ansiedad, por lo que volvemos a encontrar las relaciones, miedo con ira y ansiedad con tristeza.

El hablar de las enfermedades en la cultura que vivimos nos dice mucho, ya que podemos oír comentarios como “se enfermo y murio pero ya era por la edad”, como si tener una edad avanzada implicara forzosamente que se debe de tener alguna enfermedad y morir a causa de ella, una cultura en donde ya es el pan de cada día enfermarse, donde a las personas siempre les tiene que doler algo o se tienen que quejar de algo, vivimos en la sociedad de la queja, donde lejos de ir a ver porque tengo un dolor lo que se busca es sedarlo, que no nos duela, que no sintamos al cuerpo por que nos estorba, que seden al cuerpo para que nosotros podamos seguir en lo nuestro, enajenandonos en esta cultura del consumo, es por eso que el hecho de cómo se concibe una enfermedad en la cultura occidental nos deja mucho por ver, que es una sociedad en donde es “normal” enfermarse o “morir a causa de una enfermedad”, una cultura que nos hace ver que así deben ser las cosas y que no hay posibilidad de construir algo diferente en el cuerpo y otras maneras de morir, es por eso que conocer este proceso en cada entrevista es importante para poder entender como es que viven las entrevistadas en una cultura en donde se les ha dicho que “todos tenemos la enfermedad pero solo unos cuantos la desarrollan”.

3.1.8.1 : Lupus Eritematoso Sistémico

Al hablar de la enfermedad como tal nos interesa para saber como viven las entrevistadas el lupus en su vida y como fue el proceso en que llego la enfermedad, qué fue lo que ocurrió y como tomaron la noticia de esta enfermedad y los estragos que al igual causo en el cuerpo y en la parte emocional.

Ésta cateogría es un poco extensa, pero interesa mantener lo más detallado e intacta que se pueda la información, para poder así ver como ellas miran el lupus en sus vidas y lo que ésto signfico, en algunos casos el contenido es un poco fuerte, incluso hubo historias de vida en las que se tuvo que detener la entrevista y dejarla para continuar después ya que implicaba un impacto emocional en la entrevistada al volver a contarlo, también debo decir que durante la entevista varias de ellas lloraron al recordar este proceso, en ésta categoria se ponen las historias de vida en donde tuvo mayor impacto el lupus orginando mayores destrozos al interior del cuerpo, esperanado poder sensibilizar al lector con respecto a esta enfermedad y darnos cuenta de lo que le hacemos al cuerpo y como éste aguanta hasta en lo que parecen ser los últimos suspiros y siempre trata de preservar la vida por más difícil que sea la situación.

HERA: yo tenía 13 años, yo no vivía aquí, vivía en Querétaro... yo me enferme de la gripa y horrible de la garganta la tenía congestionadisima y me mandaron, te digo que siempre, siempre, les digo que me den inyecciones, me recetaron penicilina, pues si estaban fuertes ¿no?, pero pues yo no sabía qué me iba a hacer reacción, exactamente mi abuela fue a los 8 días, fue el viernes, el domingo que fue mi abuela me la iba a poner, pero vio que me empecé a poner roja y pues se asustó ¿no? Dijo, pues que es lo que tienes y luego, luego me noto, una mariposa, o sea estaba las alitas y las antenitas en la zona T estaban las antenas y las alas estaban aquí (se señala la cara en el área de los pómulos), en los pómulos en todo ¿no? Y pues estaba roja, roja, roja y bueno pues yo me empecé a sentir mal ¿no?, me empezó a doler todo, todo, todo el cuerpo y pues yo ni sabía, decía ha de ser por la gripa por la garganta y me dice, no pues es que tienes esto y dice hay no ya no te la voy a poner, y le dije ¿Por qué? Y dice pues estas roja alomejor ya te intoxique y le digo como si me la receto el doctor ¿no?, dice no ya no te la voy a poner, pues peor me puse y me empezaba, yo no podía ni hablar y ya no me podía ni siquiera mover y decía ¿que tengo? y me decía no sé pero vámonos ya y pues de ahí me trajeron para acá, este y ahí empezamos a ver a un doctor, este, porque haz de cuenta me empezaron a salir manchas, manchas este rojas, pero haz de cuenta que,

fueron primero chiquitas y poquitas y este y me llevaron con un doctor, que era, que era... un pediatra, no sabía ni donde, con miedo de llevarme al hospital y este em, ha volví ahí, es que haz de cuenta como yo iba mucho allá en Querétaro mi abuela como a una hora tenía un rancho, este y yo me iba seguido cada ocho días me iba para allá con mi abuela, ¿no?, con mi abuela de allá, y dicen que alomejor fue que por el calor, que por eso me puse roja... pues bueno, pero haz de cuenta que cuando me empezó a salir de repente se me borro, la mariposa y cuando me empezaron a salir los puntitos pero eran muy pocos y cuando me dijo eso el doctor mi mamá no se quiso quedar con la duda y me fue a hacer unos exámenes al chopo, porque haz de cuenta que ese mismo día en la noche me empezó a dar vómito, mucho vómito y empecé con dolores de reumas en los huesos ¿no?, no se o sea estaba súper mal que estaba acostada, haz de cuenta que estaba así como santo cristo en la cama y me dolían todos los huesos, todos, todos y en ese entonces mi mamá rentaba la casa de aquí a lado y nosotras estábamos en el departamento y bueno alla arriba ¿no? Mi mamá pues que le doy que le doy y temperaturas así pero temperaturas bien fuertes y siempre eran desde las 6 de la tarde hasta toda la noche, eran temperaturas de 38 a 40, 40, 38, 38, 40, o sea no me baja ni subía, más ni bajaba más, o sea igual ¿no? Y vomito tras vomito tras vómito, o sea ya no retenía nada el estómago, con decirte que yo baje 15 kilos en una sola semana y bueno vómito, vómito y vomitaba sangre, empezaba a vomitar mucha sangre, y entonces mi mamá se empezó a asustar mas ¿no?, pero haz de cuenta que esa sangre nada más fue un día y la comida pues todo, todo y temperaturas y temperaturas, es que exactamente esto, me empezaba desde las 6 de la tarde, siempre, siempre y me terminaba hasta como las 2, 3 de la mañana..

... todo el color que tengo en las manos y eso, se me quito, estaba blanca y este... en sí, me puse morada y después se me empezaron a hacer más los puntitos, rojos, rojos, rojos y me dijeron que, pues después de eso, el dolor de huesos haz de cuenta que eran dos días y se me quitaba una semana y decía no pues ya estoy bien ¿no? Y el doctor me mandaba medicina y pues, se me quitaba, se me quitaba las manchas, todo, todo se me quitaba, pero exactamente yo entro en la secundaria, aquí, en la secundaria 3, entro a la escuela... hubo un medicamento que me puso demasiado cachetona, cachetona, cachetona, eran esteroides y todavía no tomaba el medicamento que era y haz de cuenta que exactamente el segundo día, que yo entro, vinieron mis tíos a visitarnos, aquí estuvieron y después en la tarde ya fueron por mí a la escuela, salí de la escuela, mal, mal, mal, mal, vomitando, ya no podía salir del salón, ni caminando, ni nada, con

temperatura y con la mariposota peor, estaba peor, estaba negra, dice mi mamá no sabes que, vámonos para la casa, porque estas mal, mis tíos estaban aquí y me llevaron a la raza, porque si yo no me podía ni mover, nada, vómito y vómito y en ese momento estaba ya yo arrojando sangre, dicen que cuando ya tenía yo los puntitos rojos, porque dice que todos mis glóbulos rojos, ya estaban explotando, ya, o sea ya me estaba desangrando por dentro, pero completamente y pues en si dicen que poco faltaba, para que, se me fuera a la cabeza y haz de cuenta que en ese momento ya, de volada me llevaron a la 72, me llevaron, me detuvieron pues porque dicen que van a checar me porque no sabían que era ¿no? Ni nada y de volada suero porque pues estaba, estoy cachetona de los cachetes ¿no?, (S: asiento con la cabeza), pero mi cuerpo estaba, flaca, así baje 20 kilos en dos semanas y pues ya me internaron y todo, me quede con mi tía, porque mi mamá estaba súper mal, estaba trabajando, le hablaron y... ya no oí, me metieron, me pusieron suero, medicamento, me estaban haciendo estudios y todo, y pues nada, no me hacía ni madres me dolía todo y haz de cuenta que ya con el medicamento se me calmo todo, me tranquilice o sea todo, todo, todo abajo y este y pues ya ¿no? Y me decían, es que no le encontramos nada, no sabemos que es y decían hay pues es que alomejor es escarlatina, es que no señora, ya nos había dicho que era escarlatina, no señora que quien le dijo eso, no pues fui al doctor y no que como cree, que medicamento le recetaron, no pues este, no señora ese medicamento no y es que ni siquiera sabemos eso para que es, es como la escarlatina, pero más complicada, pues esto estaba afectando más a su hija y ya este, se me calmo la calentura y también me dio mucha, este, como se llama, mucha taquicardia, aja, cuando me estaba dando la temperatura aquí en la casa igual, dolor de huesos y taquicardias, taquicardias y estaba hasta delirando ya, ya delirando y como que, respirando muy rápido ¿no? Y haz de cuenta que después me dijeron no tenías nada, te puedes retirar a tu casa, así como si nada, yo decía no tengo nada, me siento súper bien; y ya no, en ese entonces estaba poniendo este piso aquí en la casa... Y pues ya, este llegue y me acosté y todo muy bien, como a la semana siguiente voy a la escuela otra vez, pues, igual me volví a poner mal y mi mamá entonces que tienes y ya hasta acá mal y mal, pues en la madrugada, me puse súper mal, ya no, ni siquiera, ya no podía ni hablar, no hablaba bien, ya este casi no reaccionaba yo, este, mi corazón ya estaba mega agotado, todo y este me llevaron otra vez de urgencias al hospital, a no es cierto, antes de eso, ese día tenía consulta, o fue después, ya no me acuerdo, no me llevaron al hospital, si es cierto, me llevaron al hospital y dijeron no pues como viene bien mal y dijeron haber pásenla vamos a checarla,

entonces me checaron, me dieron medicamento igual, me tranquilizaron y todo, dijeron es que no le encontramos nada señora, nada... me acorde una semana antes y estaba en el hospital y estaba alucinando, alucinando, alucinando y el doctor me dice es que no se le baja la temperatura, dije yo en sueño y todo alomejor nadie me lo puede creer pero quienes si me lo han creído, le dije mi abuelo estaba a lado, estaba en la cama y mi abuelo estaba a lado de mí, estaba a lado de mí y este enfrente de ella, bueno a lado de mi vi una niña, enfrente vi una luz y haz de cuenta que, que yo volteaba hacia arriba y yo veía una luz, decía hay que me pasa ¿no?, no pues yo estaba mal, todavía ni me controlaban casi todo y pues me sentía yo muy mal y quería despertar a mi mamá, no podía hablar, así como mamá, lo pronunciaba entre mi ¿no? Por dentro, yo no podía hablar, de repente como que de reojo me volteo, era una luz blanca, blanquísima, blanquísima, nunca la había visto y yo ¿Qué es eso? ¿No? Y a lado había una niña, yo así como, pues esta niña que hace aquí es de una de las camas o que y este y me daba la mano, yo no me podía parar, dice acompáñame, yo no me puedo para he y haz de cuenta que veo la luz, veo, una imagen, yo nunca alcance a ver así claramente ¿no?, pero haz de cuenta que de repente yo me duermo, me quede dormida y yo sentí así como que me estaban hablando ¿no? No se dicen los doctores que en ese momento fue, que me estaba dando un paro cardiaco, (se ríe) y haz de cuenta que pues yo entre sueños, esa luz, dicen que me dio el paro, pues estaban hablando y yo así como que entre mi pues ¿a qué hora? Yo no oigo nada, estaba dormida y yo no veía nada y haz de cuenta que de repente me despierto pero así como que (jadea simulando una respiración alterada y profunda), si ¿no? Y dice mi mamá ¿Qué tienes?, ¿Por qué no despertabas? Te están hablando, es que no, no podía despertarme, yo me sentía ya como dormida, tranquila, no me podía despertar, en ese momento me inyectaron medicamento y por eso creo que reaccione, pero créeme que ese momento nunca se me olvida (comienza a llorar) pausa....

Créeme que cuando paso eso, o sea en ese momento veía todas las caras y ver la cara de mi mamá así como que me asustaba ¿no? Y al final como que reaccionan, dice mi mamá es que en ese momento ya los doctores decían, ya se murió, ya está aquí y si no te inyecta la enfermera el medicamento, dice no, ya no hubiera reaccionado ¿no? Y pues después de la, de eso que me paso, dije no, ese momento que recordé, cuando me dieron la noticia con mi mamá, que recordé lo que me paso dije no, si me voy a tomar el medicamento, me lo voy a tomar no me importa lo que me digan, no me importa lo que digan, me lo voy a tomar, voy a seguir con mi vida normal y ya ¿no?, dice el doctor

pues si tú tienes que seguir con tu vida, tienes que seguir adelante y pues tú vas a seguir igual, no te vas a poder asolear, este ir a playas, este no puedes comer así mucha grasa, o sea te ponen muchas cosas ¿no?, de dieta, al principio, digo pues si no importa, no me importa, yo voy a seguir, voy a seguir igual...

El proceso que vivió HERA fue bastante difícil, la enfermedad hacía destrosos por donde quiera que pasaba, era una niña de 13 años como ella recuerda cuando le dio lupus, los médicos no sabían lo que ella tenía le mandaron diferentes tratamientos para diferentes cosas y nada la mejoraba, podemos ver que su familia ya estaba desesperada al no saber lo que le ocurría; cuando nos enfrentamos a una situación en donde está en riesgo la vida, y se encuentra latente el momento en que nos puedan informar de un deceso, es algo que altera demasiado la condición emocional tanto para el que lo vive como para el que lo acompaña y si a esto agregamos que los médicos tienen una forma brusca de decir las cosas el estado del paciente empeora, muchas veces incluso más que por la misma enfermedad porque como hasta ahora lo hemos visto con las emociones se debe de tener mucho cuidado y mucho respeto y no jugar con ellas.

El tener a un familiar enfermo y no saber ni siquiera la causa, provoca mucha tensión en la familia, pero no solo en la familia también en el paciente viendo que la vida se le escapa y que nadie puede hacer nada para impedirlo y menos con las desalentadoras palabras de los médicos, al ver que no se responde al tratamiento, al ver que nada funciona, cada vez se agota más la paciencia y las posibilidades, esto también repercute en la salud del paciente, ya que hay mucho desgaste físico y emocional, por lo que es importante ver cómo es que a cada paciente se le informa de la enfermedad que tiene y como vive el paciente este proceso.

La siguiente de vida corresponde a AFRODITA y ella nos menciona que vivió el proceso así:

AFRODITA: empecé, primero por dolor de rodillas, dolor en manos, hasta que eso se fue agudizando, hasta que ya la sintomatología toda fue, o sea ya toda la presentaba en un día, he, estuve dos años en estudios, este... hasta que ya no pude caminar, tanto dolor articular y ya la debilidad muscular era, ya era muy fuerte, este... y el cansancio yo me podía llegar a dormir y levantarme hasta el siguiente día, no sé, a las doce del

día antes de irme a trabajar y yo seguía igual, igual de cansada, me empezaba a dar fiebre, pero la fiebre era interna, me empezaba a checar la temperatura, me sentía muy caliente, los ojos se me ponían rojos, las orejas se me ponían rojas y me checaba la temperatura en el trabajo y no, normal, normal, entonces ya cuando llegaba a casa, no sé yo salía de trabajar a la una y media de la noche, antes de salir de trabajar cedía esa temperatura y yo llegaba helada a la casa, helada, helada, helada, no me calentaba nada y así podía pasarme toda la noche y al siguiente día igual podía yo salirme a sentar al sol y con una cobija y no me calentaba, hasta que de plano ya no, ya ni tuve ganas de ir a trabajar, ni, ya no me podía levantar, em, me tuve que ir al IMSS, en el IMSS me diagnosticaron mal, me diagnosticaron como osteoartritis, este... pero me fui al general de México y ahí desde que me vieron, la primer consulta que me dieron, me dijo que probablemente, era lupus, pero que me iba a mandar a hacer estudios y yo le llevaba estudios pues de dos años, porque constantemente me hacían estudios, en el IMSS, por fuera, pero no todo negativo, todo negativo, em... le llevo esos, no me pidió otros estudios mucho más específicos, me dice tómatelos por fuera, no por dentro para que no te tarden mucho y mandarte a reumatología de aquí, del hospital general y si en 15 días yo ya estaba en reumatología del hospital general, igual, el reumatólogo desde que me vio físicamente, este me dijo lo más probable es que tengas lupus eritematosos sistémico, me hicieron los estudios, todos los estudios específicos para eso y si salió positivo y ya con todas las afecciones, afecciones ya en riñón y... en hígado, ya se veía afectado ahí, empecé a tomar el tratamiento, pero no, no me favoreció mucho...

En AFRODITA, la enfermedad no la podían detectar los medicos, se le diagnostico mal en una ocasión que le dijeron que tenía osteoartritis, después de eso le mandaban a realizar estudios a laboratorios fuera del seguro social para que fuera más rápido el proceso del diagnostico, entendiendo que el sistema crea mas demandas de las que puede solventar, ya que por dentro del seguro tardaban mucho tiempo en realizarlos, diseñado a su vez por una red en donde se tiene pensado vender y lucrar con la salud y vida de las personas, pues el mercado y la insdustria de la salud y la farmaceutica ganan millones al día por cada pastilla que consume el paciente y si a esto le agregamos que no solamente es una pastilla si no varias y no un día si no años, pudieramos darnos cuenta de la calidad de vida que se nos ofrece, dónde no hay una dignidad hacia la vida y el proceso de la enfermedad si no el paciente es visto como un cuerpo u objeto que hay arreglar, quitar lo que no sirva o darle y componerle algo como si se tratase de una maquina que se fragmenta en pedazos hasta

buscar cual es la imperfección, sabiendo que la vida no se puede mirar desde esa epistemología, ya que así cada vez nos alejaremos más de las respuestas que manda el cuerpo y de la posibilidad que nos da de un cambio.

En la siguiente historia de vida tenemos a ATENEA ella nos relata que vivió su proceso del lupus de la siguiente manera:

ATENEA: me dolían mucho aquí (se señala en el cuello), yo decía mis coyunturas, esto de aquí, el hombro, mis hombros, los pies, me dolían para caminar horrible, haz de cuenta que yo voy mucho al centro, me manda mi hermana, las facturas a Chiapas se las mando, e iba en el metro y me cansaba así como si hubiera ido a trabajar horas y horas y horas, yo decía ¡Hay Dios que me pasa! Y me empezaba a faltar así como aire, me cansaba mucho y yo decía bueno alomejor ya estoy viejita ya me canso, yo me quedaba así porque de repente del metro bajaba corriendo y después de repente ya no podía ni bajar las escaleras, yo decía ¡hay se me van a romper mis huesos!, eran muy fuerte los dolores y luego las manchitas, yo decía me salen de andar en el sol, pero o sea mi cara, de aquí se me ponía rojita (se señala los pómulos) y mi nariz, igual bañándome, me baño con agua caliente y empiezo roja, roja, decía que raro, bueno y ya luego haz de cuenta que las manchas, me empezaban como a doler y me empezaban a salir moretones sin que me golpeará ni nada, en las piernas, en la espalda, donde quiera tengo y dije bueno voy a ir a ver que tengo y como a mi prima trabaja ahí en el errejon (un hospital de la zona de Atizapán que es de salubridad), me pasa de incognito con un médico, le dice oiga Doc., cheque a mi prima y ya me dan receta, porque así que este afiliada no, bueno tengo seguro popular pero que vaya y me siente y espere ahí las horas como que no, me dijo el doctor no sabe que, me mando 15 inyecciones de ampicilina ¡15! Y me dijo regrese si no se quitan las manchas, trae un hongo ahí en la piel, le digo pero no me da comezón, solamente en el sol me duele y se me pone rojo, rojo, no dice es una infección, bueno me puse las 15 inyecciones que ya no podía yo con tantas y si regrese, bueno son muy buenos los doctores ahí en intensivita (terapia intensiva) y otro, son muy buenos ahí los doctores, están en terapia intensiva, incluso hasta me pasaron con una bata, gorra, me lavaron las manos, porque él estaba muy ocupado ahí, tenía muchos pacientes y me paso y dijo el otro, no es que yo le veo más cara de lupus y yo dije lupus que será eso, dijo el otro doctor no creo y ya me mandaron a hacer los estudios, me los hicieron ahí en el Olaf, por parte del hospital me salieron

poquito, no pague mucho, me hicieron un buen ahí y en la 72 de ¿Cómo se llama esta?, artritis reumatoide, otra cosa que va junto con eso que no me acuerdo, no sé pero me hicieron un buen de estudios, los lleve todos y dijo el doctor ya ves, hay una que no me acuerdo que si sale que si es más de 50 la de cómo se llama esa prueba para lo del lupus, salió muy alta, entonces me dijo el doctor es que si es lupus, me mandaron a hacer una tomografía...

En este caso la enfermedad se presentó a una edad mayor, podemos comparar con las historias de vida pasadas y la enfermedad hizo considerablemente menos estragos, pero también deterioró de una manera importante el cuerpo y la salud de la entrevistada, a ella el servicio médico se le hizo muy bueno y recibió una atención adecuada según comenta, algo diferente a las entrevistas anteriores.

Después tenemos el caso de ELECTRA la cuál comenta:

ELECTRA: me dio hace 4 años, ya había cumplido 10, me había ido a la playa, pero primero me empezó a salir la mariposa, pero yo pensé que no era nada importante, insolación nadamas, mis papás me llevaron a varios doctores, me decían que no que me habían salido por el, o me asoleaba mucho o algo así, me mandaban pomadas y pomadas y ya me las ponía y nunca se me quito, me llevaron a al médico y cuando ya fuimos ahí empezaba a no comer, ya no estaba en el sol, entonces ya llegamos aquí porque ya no comía nada, ya me daba asco todo, llegamos aquí y ya me empezaba a dar mucha calentura y ya mi papá me llevo al doctor y le dijeron que, me llevo a un particular, le dijeron que si tenía seguro me llevara, porque era lupus, ya nos fuimos a hacer en la noche a hacer los estudios y regresamos con el doctor y dijo que si, que si era lupus, que mejor me fuera al doctor, entonces ya fui al doctor, me internaron porque tenía mucha calentura, me quede 2 días y cuando llegaron me dijeron no es que si era lupus

En el caso de ELECTRA la enfermedad se presenta fuerte pero podemos ver que se detecto muy a tiempo a diferencia también de las otras entrevistas, en ella pudo ser más rápido el proceso de diagnostico ya que como menciona la llevaron a un medico particular, donde podemos ver una vez mas al sistema, mientras se pague se le da un manejo mejor y adecuado al paciente. En ella el lupus se presentó por primera vez en la playa, la madre de ELECTRA me enseñó las fotos de la playa en donde aparece la marca de la mariposa en el

rostro de ELECTRA; algo de relevancia también es que a ella le dio la enfermedad cuándo tenía 10 años, pero después de que ya había ocurrido lo sucedido con su papá, analizando que sí fue una construcción de ella mezclada con los miedos de su mamá, pudiendo desencadenar que el lupus se presentará.

La siguiente historia de vida en dónde el cuadro se presenta también bastante fuerte es la de PANDORA que nos relata su experiencia con el lupus:

PANDORA: ...me entere cuando tenia, 16, 17 años, entonces el problema fue por lo que te digo que empecé a tener muchos moretones, así como sin sentido, bueno no como sin sentido si no que a lo mejor me pegaba así (muestra como con su mano) y ya se me hacia un moretón, o el sostén ya me hacia una raya, ¿no?, Y así, pero de la nada ¿no?, o si me apretaba mucho algo ya tenia muchas laceraciones, entonces eso ya no le empezó a gustar a mi mamá, aparte que se, me tardaba mucho en este... por ejemplo una herida me tardaba mucho en dejar de sangrar, no en cicatrizarme si no en dejar de sangrar...

...entonces me hicieron pruebas inmunológicas, entonces pues ahí salió, positivo a todas las pruebas inmunológicas, entonces me dijeron que tenia lupus y bueno el problema, fijate que cuando me dijeron, para mi fue muy dificil, no el aceptar eso si no que me dijeran así exactamente, que no iba a poder tener hijos, eso fue lo primero que me dijeron y que me iba a enfermar mucho, o sea como que me lo pintaron muy dificil, realmente muy traumático, aunque mi mamá me había explicado un poco, los doctores de allá si me dijeron como que muy, como muy duro ¿no?, imagínate 16 años y que pienses que ya toda tu vida estas, que vas a estar así como enferma o cosas así si esta, bueno para mi fue muy dificil, fue dificil y ya, a partir de ahí este, fijate que ahí no estaba tan enferma si no que como a los 18, me enferme mucho, muy feo, fue de las, me han dado 3 crisis así muy fuertes y esa fue una de ellas, me dio carditis, me dio nefritis, me dio este, que mas me dio, no pues ya con eso tenia, carditis, nefritis y me dio muy fuerte como artritis, aunque nunca he tenido deformación definitiva, pero no podía mover nada, así nada, entonces esa crisis muy fuerte me duro como dos años y medio, así inestable completamente y tome muchos medicamentos pero que crees que ninguno me hizo así y de repente un día se me quito todo...

...esta última, no tiene mucho, me afecto mucho la parte hematológica, pero horriblemente, no tengo bazo, me quitaron el bazo, este estuve muy grave mucho tiempo,

hubo un año en el que estuve casi todo el año hospitalizada, o sea entraba 20 días y salía dos días y otra vez a regresarme, entonces este, para mi fue muy difícil, en la cuestión laboral porque trabajaba, pues personal porque entre que sales y entras pues esta como que... ni descansas, porque en el hospital ni descansas, o sea estarás acostado pero no descansas, nada y luego que te están pique y pique y luego que tomate ahora esto y luego que te vamos a poner esto y así dure como 3 años bien mal, bien mal con la cuestión de la sangre, entonces este, tuve muchos problemas con el reumatólogo, ahora ya me atendía el reumatólogo, este... él ya no quiso saber de mi, le hematólogo fue el que se hizo cargo y el me saco ¿no?, el fue el que se hizo cargo, me ayudo a estabilizarme, de hecho, me hicieron la esplenectomía, ni funciona, dio igual que me lo quitaran o no y ya lo que al final me resulto fue una quimio, me hicieron unas quimios y ya con eso, me establecí... fijate que ahorita tengo muchos problemas porque, hace, deja te digo, me operaron de la nariz, tenía hipertrofia de cornetes, se me hincharon mucho, entonces me los quitaron, pero los estos tapones que me pusieron, me dieron alergia, me perforaron el tabique, entonces ahora tengo un hoyo que no me deja respirar bien y eso hace que mi nariz este todo el tiempo, yo no produzco nada de moco, entonces todo el tiempo me tengo que poner unos sprays y geles especiales, pero el problema que me ha traído es que me dan espasmos en los pulmones, he tenido derrame pleural, espasmo bronquial, he estado internada en urgencias muy feo, mira fijate que algo difícil que me ha pasado, alomejor mucha gente dirá, bueno la verdad no sé, me he dado cuenta que soy una persona muy fuerte, por ejemplo, cuando inicialmente me trate en el ISSTE, el reumatólogo que me atendía me dijo, no te doy ni 3 meses de vida, porque estas muy mal, es que estas muy grave, todos me decían, pero de verdad yo mira me venía a trabajar y de repente me empezaba a sangrar la nariz y era de que llevaba horas y no se me quitaba, vámonos a urgencias y por ejemplo el hematólogo, que era con el que más confianza tuve ¿no? Y me dice oye blanca ¿Dónde estabas cuando estabas así?, no pues me fui a trabajar, y ¿te fuiste a trabajar?, ¡Ah no! Fijate, la primera vez que llegue al hospital me dice a ver Blanca ¿Por qué viniste así?, no pues es que entreno karate le digo, pero pues cada que le pego, amanezco llena de moretones y con un montón de peteques y así, le digo ¿Porque?, me dice ¿entrenas karate?, tienes 18 mil plaquetas, dice ¿sabes cuánto es el mínimo que hay que tener?, y yo pues no, dice 150,000 y con 18 mil y te ibas a karate, dice aquí a llegado gente que con 50 mil se está muriendo, pues yo llegue a tener 2 mil plaquetas y me venía a trabajar, pues yo no sabía que tenía eso, o sea siempre, así como me ves, así estaba, nada, no tenía nada, sino que

ese día realmente me fui porque este... me dolía mucho la boca, o sea de adentro ¿no? Y decía bueno que tengo y estaba llena de úlceras negras, decía hay ¿Y ahora que me paso? Y dije bueno ya, después me revise, toda llena de peteques, el chiste es de que esa vez si me fui al hospital, porque este, no tenía yo ninguna molestia, pero tenía mucha evidencia de que tenía algo ¿no?, tenía peteques hasta en la cara, cuando hace sol me ha dado discoide bien feo, pero esa vez me fui y ya me hospitalizaron, tenía 5 mil plaquetas y eso fue la vez que más dure en el hospital, dure 45 días internada, no me podían subir las plaquetas y ya mejor este... me dieron de alta para hacerme la esplenectomía, porque pues tanto tiempo y llevaba mucho medicamento y nada, pues entonces si fue difícil, pero pues ya.

Ella duraba meses internada, un año incluso, periodos largos donde entraba y salía del hospital a internarse al igual que en el caso de HERA, aquí el cuerpo ha sufrido un gran deterioro en todos los niveles, PANDORA presentaba la sintomatología desde niña, por lo que también puede ser una mezcla de las emociones de mamá lo que haya vivido durante el embarazo y antes del embarazo, podemos ver que la enfermedad de lupus eritematoso sistémico ha ido a la alza en los últimos años y con su prevalencia por el género femenino, aquí es de interés recordar que ésta muy marcada la relación con los padres, lo que conlleva que haya emociones dominantes en donde existen reclamos o miedos aunados a tristezas, un proceso de emociones y sabores a pesar de que en PANDORA no vemos tanta agresión o violencia por parte de su familia origen en comparación con otras historias a ella el lupus se le presenta de una manera bastante intensa, un recuerdo que la lleva a generar reclamos y estar enojada con todas las personas, y predomina el gusto por lo ácido, una historia de vida que nos deja ver el proceso emocional y su relación con la teoría de los cinco elementos de una forma muy clara.

En esta categoría se muestra con las citas de las entrevistadas como es que cada una vivió las máximas crisis de la enfermedad y en todas el proceso es distinto, pero lo que comparten es a nivel hematológico y en el riñón, lo que nos refiere a los órganos hígado y riñón, con las emociones de miedos e iras constantes en sus vidas, encontrando a la vez similitudes nuevamente entre las entrevistadas, el proceso del lupus, el contexto en como lo vivieron y las maneras en que llegó a su vida es algo que marca considerablemente a una persona pues es una memoria que el cuerpo abre y recuerda toda la existencia.

Categoría 9: Medicamentos y Tratamientos

Tabla.

| ENTREVISTAS | MEDICAMENTOS Y TRATAMIENTOS PARA LUPUS |
|------------------|---|
| HERA | Prednisona, cortisona, acetriopina, cloroquina, ácido mecofenólico, calcitrión, pentoxifilina, prednisona, cloroquina, enalapril, enalapril |
| *AFRODITA | Prednisona, metrotexate, cloroquina |
| ATENEA | Un químico que no sabe como se llama, hidroquina, hidroquinina, rodotex, cortisona |
| ELEKTRA | Prednisona, acido micofenolico, quimioterapia tomada |
| GEA | Hidroquinona, losartán, rofucal, aspirina protect, |
| ARTEMISA | Cloroquina, bloqueadores, diclofenaco y compejo B |
| PANDORA | Quimioterapias, inmunosupresores, azatioprina, hidroxiclороquina, metotrexato, ciclosporina, metilpredniSolona, deflazacort, metoprolol |
| HIPÓLITA | Prednisona, quimioterapia tomada, ácido micofenolico |
| MEDUSA | Mamá de Hipólita, ella no tiene lupus. |
| ARIADNA | Cloroquina, prednisona, captopril |

**AFRODITA: ...me llevo ese mismo domingo con esa doctora, este me vio... mmm... al creer yo en eso me costó mucho trabajo, porque me acostó, me empezó a preguntar porque iba ahí, porque iba yo, entonces yo ya era muy cortante para contestar, mis respuestas ya eran muy pobres también, estoy aquí porque me diagnosticaron lupus, ¿y quién te informo de aquí?, pues vecinas de mi mamá, me dijeron que probablemente esté aquí por el lupus, me acostaron en una cama de madera y me empezaron a mover mis pies, me empezaron a mover mis pies y yo decía, ¿Qué?, ¿Qué intentan?, amm.. la doctora me dice, me empezó a hablar de las energías, lo que somos nosotros ¿no?, que somos energía, que hay energía positiva, negativa, que nosotros somos más que nada personas, seres espirituales, que este... tenemos entradas de energía, tenemos chacras y que a veces cuando esas puertas están cerradas, están los chacras están, desequilibradas existen problemas de salud, esos chacras se ven desequilibrados*

cuando hay problemas emocionales muy fuertes, me dijeron traes todas estas entradas de energía y las estas, las tienes cerradas, completamente, tu traes más energía negativa que positiva, entonces vamos a tratar de equilibrarte y cuando ya te hayamos equilibrado en cuanto a energía, este... nosotros al mover tus pies, el que responde a un sí o un no de lo que nosotros preguntamos, el que responde es tu subconsciente, entonces yo me quede ¿De qué me estás hablando?, ¿no? Y más yo siendo enfermera, decía bueno de que me estás hablando, ya en ese momento dije bueno pues ya aquí estoy, ya aquí estoy y a algo vine ¿no?, entonces dije pues poco le entendí en ese momento ¿no?, yo decía bueno esta señora ¿Qué?, pues ¿de qué habla?, ¿no?, dije pues bueno, me puso, me puso imanes en todo mi cuerpo, todo, todo, todo me lleno de imanes, mi cabeza, este mis riñones, mi vagina, sobre mi ropa, sobre la ropa te ponen imanes, en mis pulmones, en mi tiroides, en mi cerebro, cerebelo, me empezaron a llenar de imanes, me quede dormida... no me di cuenta cuando me quede dormida, yo sentí en ese momento que dormí, yo sentía que había dormido horas, horas, muchas horas y no... yo me había dormido nadamas media hora, entonces me levante descansada, este... y relajada no me sentía yo tan tensa, porque yo ya hasta tenía aquí un dolor, mucho dolor, (se señala el cuello), esto desapareció en ese momento, pues me dejo muy relajada, me dijo por eta vez está bien tu sesión, ella me comenzó a ver, dos veces por semana, dijo por la situación en la que vienes, te voy a empezar a ver dos veces por semana, ahorita energéticamente que es lo que podemos ver o lo que se nos permite ver ahorita, es que energéticamente vienes muy mal, entonces vamos a equilibrarte, en la siguiente sesión y ya a la tercera sesión te diremos que es lo que traes físicamente, bueno me vine a la casa, me dormí toda la tarde, desperté con más energía, disminuyo el dolor articular que llevaba y así la segunda sesión fue lo mismo, igual, cuando desperté el dolor articular se había ido, este... tenía hambre, yo ya no comía, ya no comía entonces me dio hambre, y... se me quito el dolor articular, el dolor muscular lo que nunca me pudieron quitar los medicamentos y me dio hambre, pues yo dije, bueno pues es algo ¿no?, es algo bueno ¿no? Y de ahí empecé a tomar mis terapias cada dos veces por semana, a la tercera sesión me dijo todas las afecciones que yo llevaba que ya me había dicho en el general de México las que llevaba, yo algo que me asombro mucho fue que nunca le dije que órganos llevaba afectados, ya por laboratorios si no que ella en esa tercera sesión que me vio, me dijo tu traes dañado un riñón y es tu riñón derecho, tu traes dañado tu hígado, viene dañado ya tu hipófisis, tus articulaciones ya están un poco desgastadas, entonces yo me asombro, dije bueno yo nunca le mencione, entonces

ya me empezó a poner sobre riñones, porque ponen sobre pares de órganos, el riñón izquierdo con el riñón derecho, o riñones con tiroides, o riñón con hipófisis, dependiendo de cómo vayas, te ponen pares, porque ellas trabajan por, por órganos, entonces ahí me explico que lo que iba a hacer con mi energía positiva para el riñón, era regresar o ayudar a que las células, volvieran a hacer su trabajo a reconstituir el tejido y que volvieran ellas a hacer su trabajo y si, una terapia así de dos veces por semana, fueron de 6 meses, en esos 6 meses se corrigió mi riñón, entonces posteriormente me hicieron una recolección de orina de 24 horas, para ver, porque yo ya drenaba proteínas, la proteína ya sobrepasaba los niveles normales, entonces pues ¡oh! Sorpresa, que todo eso disminuyo, mis compañeros médicos me decían, te arriesgas mucho, ¿no?, porque tengo una migo médico, le platique me están llevando a eso y me decían no Azucena ahora sí que hay mucho charlatán, es que con las afecciones que tú tienes Azucena te puedes ir a una vasculitis y hasta ahí llegaste, estas muy joven, entonces yo le decía pero es que me quito el dolor, descansa, en todo este tiempo que yo dormía no descansaba, no Azucena, entonces ellos este... hice con el ese acuerdo, le dije déjame tomar la terapia 6 meses que es lo que me está dando la doctora, dos veces por semana, donde ella dice que me va a sacar el lupus, déjame y si, al menos el riñón, este... había regresado a su función normal, ¿no?, la presión también, entonces el higadito pues lo mismo, entonces ahí pues ya empecé a apegar, apegar, pero primero ella me trato lo que fue las afecciones físicas, ya después este... me empezó a trabajar todo lo que era lo emocional, entonces ella me decía traes mucho rencor, con mamá, con papá, contigo misma, traes mucho rencor, traes mucho dolor, pues me hablaba mucho ¿no?, me hablaba de que no valía la pena fijarme, mi vida, mi atención, mis sentimientos en eso, que eso era un pasado, ese es tu pasado y ya se fue, ahora después de esto que has vivido como te has forjado...

...y de ahí, me empecé a levantar en todos los aspectos, emocionales, físicos y como me dice la doctora tú vas a este... o como me decía ella ¿no?, cuando tu empieces a quitarte esas ataduras, esos pensamientos, tu físicamente vas a... estar mejor y si es cierto, de repente pues ya dure muchos años, muchos años sin dolores articulares, hace dos años que fueron mis últimos estudios, estaba en ceros que a mí me demostraron arriba de 20 mil creo, en ceros totalmente, mi riñón normal, ya nada salía positivo, entonces hay enfermedades físicas y emocionales ¿no?, creadas por uno mismo, por las emociones, no tanto que uno diga me voy a mentalizar a tener lupus, no, si no por las emociones que puede haber y pues básicamente es lo que me sacó adelante, en la

terapia, conocer a esta doctora, a saber vivir y a este... a manejar emociones, es lo que he estado haciendo, depurando esos malos pensamientos, malos ¿no?, porque aprendes que lo que piensas es lo que hablas y lo que hablas, es lo que eres ¿no?, entonces básicamente eso fue, lo que me curo del lupus ¿no?, mis compañeros que me vieron muy mal dicen ¿Cómo?, compañeros médicos se quedan sorprendidos, dicen no es posible ¿no?, pero pues básicamente es eso lo que, me ayudo, la que me sacó adelante...

Los tratamientos son bastantes similares, a algunas se les receta más que a otras dependiendo el nivel de afectación que tenga cada una causado por el lupus, la entrevista de AFRODITA es distinta y en ella se ingado mas al respecto, ya que ella menciona además de haber llevado un tiempo el tratamiento alópata, probó con otro tipo de tratamiento que es muy similar a la terapia que se maneja con acupuntura, en dónde trabajan con imanes la energía de los meridianos* que tienen una afectación causado por un desequilibrio energetico y emocional en relacion con su madre como se lo hace saber la doctora que la trató, éste metodo es parte de la propuesta en esta tesis ya que nos interesa ver desde otra epistemología a la enfermedad y por tanto al tratamiento, viendo al cuerpo con una red de cooperación al interior y como un todo en el microcosmos (el cuerpo), que se articula con un macocosmos (el universo), en ésta paciente es impresionante ver que pudo revertir por completo el lupus, con estudios medicos confirmados; según menciona hasta la fecha el lupus no se ha vuelto a presentar, lo que permite acercarnos más a esta teoría y ver que en realidad es funcional, incluso en llevar el tratamiento a pesar de las propias creencias que ella tenía, pues recordemos que AFRODITA es enfermera alópata, pero al ver que el tratamiento tradicional no le estaba funcionando busco otras alterntivas, lo cuál la llevo a restablecer los vínculos con la madre, a reconciliar ese punto y a poder liberarse de reclamos, miedos y hasta lealtades. Vemos entonces que ésta teoría no pretende comercializar o hacer negocio con la salud, si no ir al cuerpo, entender los procesos que ahí se gestan y articularlos nuevamente llevándonos de regreso al origen, a solucionar y a trabajar para poder construir nuevos códigos en el cuerpo.

* Meridianos: o nsideremos una vez más las fuerzas del cielo y la Tierra. El cielo hace llover energía electromagnética sobre la Tierra en forma de rayos solares y otras radiaciones planetarias y estelares. Mientras tanto, la Tierra está rodeada por energía

electromagnética generada por sus polos norte y sur. En esencia, nuestro entorno, el aire mismo que respiramos, está cargado de energía: fuerza vital.

Estamos sobre la Tierra y actuamos a modo de antena para las fuerzas electromagnéticas del cielo y la Tierra, los cuales cargan nuestro cuerpo desde arriba y desde abajo. Ésta energía electromagnética que inunda nuestro cuerpo se llama ki en Japón. En China se llama chí, y en India, prana. Esta energía es esencialmente la fuerza vital que nos anima a cada uno.

El ki recorre nuestro cuerpo por doce rutas distintas o meridianos. Cada meridiano es como un río de energía que se origina en un lugar concreto del cuerpo y sube o baja (depende del meridiano) hacia otro lugar. Estos doce ríos de ki llevan fuerza vital a cada célula del cuerpo. Cuando el río está obstruido, la fuerza vital no puede llegar a una determinada zona del cuerpo y entonces las células, los tejidos y los órganos se asfixian por falta de ki; la consecuencia es algún tipo de síntoma.³⁴

3.1.10 Categoría 10: Efectos secundarios de los medicamentos

Como se espera en la medicina alópata todo medicamento tendrá sus consecuencias, lo que se toma para curar algo resulta que daña a otra cosa y cuando se da medicamento para eso otro que daña lo primero resulta que el segundo medicamento daña a algo tercero y así con innumerables consecuencias y reacciones derivadas del tratamiento, las personas viven así a diario con medicamentos para todo que al final terminan por dañar a algún órgano que por lo general resulta ser riñón e hígado que son los que filtran y purifican al cuerpo, para que éste se mantenga limpio, ya que hablamos de que el cuerpo tiene un mecanismo autosustentable. En esta categoría se observan todos los efectos secundarios que han traído consigo los medicamentos que les prescribieron para el lupus, muchos son similares ya que la consecuencia del medicamento es altamente probable que se presente.

La primera entrevista donde se muestra una grave alteración por efectos secundarios de los medicamentos es la de HERA:

³⁴ Ohashi Wataru con Tom Monte, *Cómo leer el cuerpo manual de diagnóstico oriental*, Ediciones Urano, Argentina, pp. 98.

HERA: ...con decirte que cuando tomaba el tratamiento con el este ácido y esas pastillas yo no me dormía, haz de cuenta que yo me las empecé a tomar y no manches andaba acelerada, haz de cuenta que me hubieran dado droga, así, así como siento que desde que me hicieron la biopsia yo empecé a tomármelo, yo estaba alusionando ahí en el cuarto, con los doctores, llamen a la ambulancia, me aceleraba mucho, yo no dormía, haz de cuenta que yo como que quería dormiré y me paraba, como loca, gritaba, o sea a mí no me podían dejar sola, me salía de la casa y me iba, no me importaba si me atropellaban o me pasaba algo, así empezaba con el medicamento, esta drogada (se ríe) o yo siento que era así, en la noche me tenían que amarrar para estarme quieta y haz de cuenta que, empecé a tomar más medicamento, me daban más medicamento y este llegaba con esta y yo creo que otra bolsa llena de medicina (me enseña su bolsa que es del tamaño de 3 kilos aproximadamente), bueno con esa tenía, más que nada, acelerada, acelerada, ya cuando me hicieron la biopsia como que me disminuyeron la dosis, este y pues ya, bueno yo creo que parte de tu cuerpo, de tu organismo se acostumbra al medicamento, más tranquila, no por que al principio era una drogadicción, te haces yo creo que adicto, a los este, como se llaman, los este bueno a medicamentos, te afectan, hasta yo misma decía, ¡Hay la medicina!, o sea hasta uno mismo ¡ya la quiero!, ¡Ya la quiero!, mi medicina, mi mamá, cálmate, ese medicamento te hace que te den calambres, pero calambres cañón he, en la noche yo no dormía porque estaba así de agg, las manos

agg, no eran unos gritos en verdad, mi mamá no dormía, eran unos gritos horribles, ya se acabó todo eso, ya me empecé a acostumbrar al medicamento y todo y me internaban cada mes...

Los efectos secundarios más reconocibles son causados por el ácido mecofenolico alteraban al sistema nervioso central y al hígado por lo que la paciente no podía conciliar el sueño, crean también una adicción en ella, también afecta a riñón ya que menciona que le daban muchos calambres musculares, recordando que musculo lo regula riñón e hígado, pero después de cierto tiempo vemos que el cuerpo se va acostumbrado al medicamento por lo que se necesitan subir las cantidades de la dosis para que ésta haga el efecto esperado.

La otra entrevista es el de AFRODITA que comenta lo ocurrido con los medicamentos:

AFRODITA: cuando me empezaron a dar la prednisona, me empezaron a dar una dosis de 100 miligramos al día, este y esa desde que la empecé a tomar era despertar en las madrugadas, con diaforesis, como si tuviera fiebre, este, bueno tan mojada que parecía que me había orinado, taquicardias, entonces pues no, no dormía, me bajaron la dosis este... luego me mandaron la cloroquina y la cloroquina inmediatamente me empezó a cambiar el color de mi piel, se empezó a hacer como grisácea mi piel, como amoratada, como color morada la piel, soy blanca, entonces mi piel se empezó a poner amoratada, los brazos amoratados hasta que igual me di cuenta en mis senos, que mis pezones eran grises, eso fue el metotrexate con la cloroquina y fue muy poco tiempo en el que me la tome, metotrexato, entonces rápido me hizo estragos, en un mes, rápido me empezó a hacer estragos, entonces yo sabía lo que era la enfermedad de lupus, nunca había visto o nunca me había puesto a investigar, los medicamentos que tanto beneficiaban o que tanto no, entonces cuando comencé a ver esos cambios en mi este... pues me puse a investigar cada uno de los medicamentos que yo tomaba, pues yo caí en una situación de depresión, porque decía bueno si no me va a matar el lupus me va a matar el medicamento a largo plazo y bueno yo veía que era a corto plazo porque ya a las afecciones que me estaba dando, en tan poco tiempo, pues eran a corto plazo, entonces pues me estresaba mucho con la situación de mis hijas que estaban más pequeñas, entonces eso me estresaba mucho, me daban miedo, más que nada me daba miedo el hecho de yo morir no por el hecho de morir, sino porque dejaba a mis hijas solas...

me está haciendo estragos muy rápido, porque el metotrexato y la cloroquina empezaban a hacer estragos, de ahí pues me empecé a hacer hipertensa, yo mis presiones que manejaba eran 110/70, presiones normales, de repente ya empecé a manejar presiones de 140/110, muy extrañas, 150/110, entonces me volvieron a hacer estudios y ya mi riñón ya estaba fallando, entonces ya empecé a complicarme de manera tremenda, empecé a perder el cabello, entonces pues no y como te digo afortunadamente mi mamá es una persona muy dura, muy dura, entonces me dijo no, esto no te está haciendo, no te va a ayudar y empezó a buscar, no sé, platicaba con la gente, sus amistades y resulto que le recomendaron a una doctora que da la terapia de magnetismo médico, a base de imanes, entonces al principio cuando me empezó a platicar sobre eso, porque le comentaron que ella sacaba a pacientes adelante con lupus, sin medicamento, les retiraba el medicamento, entonces cuando me comenzó a platicar mi mamá pues yo me enojaba y le decía ¿cómo crees?, ¿cómo crees? yo no

puedo estar sin medicamentos, hasta que los niveles se controlen, lo que manejábamos yo creo que, esos laboratorios que se manejan en esas enfermedades decía yo no puedo dejar el medicamento hasta que baje, hasta que se equilibre, hasta que esto aparezca en negativo, entonces yo ya estaba bien informada en la enfermedad pero de los males que me iba a pasar, entonces le decía no, no, yo no voy a ir, decía yo no voy a ir y no voy a ir, no yo no me quiero morir, me quitan los medicamentos y luego, hasta que un día amanecí ya que me di cuenta que todo esto esté... (Señala su cabeza), vi que esta parte de aquí ya no tenía cabello y que me vi de lejos y ya me veía yo muy vieja, ya me veía con una cara aumentada de peso, con la cara chupada, con muchas ojeras, entonces cuando me vi así dije no, yo no soy esa, ¿Quién es esa mujer que está ahí? Ya parezco una mujer hasta más grande que mi mamá, recuerdo que era un domingo temprano, toque la puerta de su recámara de mi mamá, le dije sabes que llévame a donde te dicen, porque yo ya no me siento bien ni me veo bien, decía yo estoy sufriendo mucho...

La predisona tiene como efecto secundario elevar la presión arterial, lo mismo que ocurrió en los casos que se citan adelante, con la cloroquina y el metotrexato el cuál le cambió el color de la piel. También tuvo complicaciones en los riñones que tenían ya una falla y también se le caía el cabello, todos estos efectos secundarios a causa de los medicamentos administrados.

La siguiente historia de vida es de ATENEA la cual nos dice:

ATENEA: me estuvieron dando muchísima cortisona yo estaba muy hinchada, ya me salió una bola aquí (señala la garganta) y me dolía y me dijeron que ya tenía tiroidismo, fue híper yo creo porque estaba sí, así, así (hace una señalación de que estaba subida de peso), pero ya bien feo, ya, subí mucho de peso, era una cosa que yo ya no podía voltear, el cuello me lo estaba que quería voltear y no, yo veía mis brazos, mis piernas era ya una cosa fea y después me empezaron a bajar la cortisona, me empezaron a bajar a bajar y seguía tomando cortisona con la hidroquina, hidroquinina y me mandaron rodotex también, que para que no subiera de peso y me mandaron otra que esa jamás me la volví a tomar porque esa me daba mucha ansiedad, me daba como ganas de matarme, no sé porque busque y leí en internet y decía que ese medicamento, se lo dan a personas que están en hospitales como el San Bernardino, psiquiátrico,

entonces dije bueno me están matando o que, me la dieron que para que me tranquilizara y hasta por ahí tengo las recetas de ese doctor, me dijo es que no vayas, no te atiendas ahí, te van a dañar más, me mando un montón de medicina que me daba una desesperación terrible, me daban ganas te lo juro como de matarme o como de agarrar corriendo de arriba para abajo, me daba una desesperación, me daba mucha desesperación, pero también de repente, me mantenía duerme y duerme, no sé, dormía y dormía y dormía y ni me levantaba, me la pasaba duerme y duerme, pero ya después fue cuando empecé a ir que me dan esa que parece como cerveza (señala una botella con algo adentro), allá donde te digo y ese polvito que esta allá arriba, ese me lo dan para dolores de articulaciones y ese me lo dan que para que me limpie, me purifique, me quitaron toda la carne de puerco, todo lo que es grasas, coca, harina todo eso...

La cloroquina le causo un hipertiroidismo a ATENEA, le provoco aumento de peso, la hidroquinona que le producía mucha ansiedad, y ganas de matarse, desesperación, ganas de salir corriendo, a veces mucho sueño, estos sintomas muy similares a los de HERA la entrevista uno.

También menciona ATENEA que va a un químico que la trata y le da una sustancia que consiste en un polvo y un líquido, ya que le comentaron que ese químico curaba el cáncer, al preguntarle que contenía ese líquido contesto que no sabía, pero que no debía de comer carne de puerco, grasas, refresco coca cola ni harinas, a lo cual ATENEA menciona sentirse mejor desde que lo toma pero que aún presenta síntomas del lupus aunque ya no con la misma intensidad de antes.

El siguiente caso es de ELECTRA que nos dice:

ELECTRA: me provoco cansancio, demasiado cansancio, entonces cuando yo venía de la escuela y traía la mochila me pesaba mucho con el lupus, me la pasaba dormida y ya no tenía hambre, una vez me quede dormida en clase...

A ella el medicamento le provocaba cansancio, se le fue el apetito y se quedaba dormida en clase del sueño que tenía, dice que no sabe específicamente cual fue el medicamento que le provoco esto de todos los medicamentos que le recetaron y que con las quimios le dan ganas de vomitar, pero que antes de que le pongan la quimio le inyectan algo que es para prevenir las nauseas.

El siguiente caso es el de ARTEMISA que nos comenta:

ARTEMISA: ellos me dieron cloroquina, lo de la piel me dio cloroquina, para cubrirme supuestamente por dentro mis órganos, como cubría el bloqueador, pero la cloroquina yo me la estuve tomando cerca de un año y medio y diario una pastilla, me tomaba yo la pastilla y mejor me sentaba, porque todo lo veía blanco, pero con demasiada luz y poco a poco ya me iba normalizando

En ella la cloroquina empezó a dañar la vista, menciona que al tomarla comenzaba a ver blanco y se tenía que sentar cuando la tomaba y que poco a poco se iba normalizando la visión, también durante la entrevista comentó que su hija que estudia en el politécnico le dijo que ese medicamento tenía efectos secundarios muy fuertes y a la larga provocaba ceguera, por lo que ARTEMISA dejó de consumirla.

PANDORA dice:

PANDORA: bueno prednisona, esa me hizo hipertensa, prednisona, entonces cuando tomaba la prednisona como te digo que el reumatólogo que tenía era tremendo, este me lo dio por mucho tiempo y pues dijo, pues síguetela tomando hasta que pues a ver qué te pasa, pues me dio hipertensión

Como ya vimos en casos anteriores refieren que la prednisona les aumenta la presión arterial, pero lo que llama la atención es que el reumatólogo se la seguía prescribiendo a pesar de que ya tenía efectos secundarios, encontrándonos la poca responsabilidad que les ofrece el servicio médico pues no le interesa la integridad ni la vida de la persona al decirle “síguetela tomando hasta a ver que pasa”, como si la persona fuera alguien con quien se puede experimentar.

Vemos pues que las personas en la sociedad en que estamos confían plenamente en el médico, basta con darse una vuelta a los hospitales para poder ver las filas enormes que hay de usuarios, un comercio en donde lo último que le interesa al alópata es la vida humana, pero en donde también el paciente cede su responsabilidad de hacerse cargo él mismo de la enfermedad y queriendo que el médico solucione todo lo que esa persona ha construido en años de su vida, a lo cual tampoco podemos esperar un resultado rápido y satisfactorio.

3.1.11 Categoría 11: Embarazos

El hecho de poder dar vida y continuar con la supervivencia de nuestra especie es algo impresionante que la vida nos regala, el cómo vivieron las pacientes de lupus este proceso es nos deja analizar si hubo alguna complicación del lupus o bajo que circunstancias vivieron durante la gestación, aquí se retoman algunas historias de vida en dónde podemos ver complicaciones y otra en dónde podemos ver las consecuencias del lupus, en que no puedan embarazarse cuándo la enfermedad se encuentra en la fase activa, como les mencionan los médicos alopatas.

HERA: me embarace, yo pensé que iba a tener complicaciones en el embarazo por eso, no, me decían no te puedes embarazar y eso, un doctor me dijo, que bueno que te embarazaste ahorita, que bueno, me dice porque te hubieras embarazado a los 30, 35 se te hubiera complicado, peor, digo a ok y me embarace, me alivie en un hospital privado que está aquí, en reforma, que es, este, perinatología de alto riesgo y este llevaba todo mi control, los 8 primeros meses, estaba perfecto, no tomaba medicamento, perfecto, perfecto, el niño muy bien, todo, una vez tuve una pelea con la mamá, del papá de mi hijo, tuve una pelea con ella y me hizo pegar un coraje muy fuerte y empecé a sangrar, pero por la boca y por la nariz, otra vez, coágulos y coágulos y cuando me empezó a dar la enfermedad eran coágulos igual, bueno grandes y cuando me hizo pegar el coraje esa señora, igual, eran coágulos y coágulos grandes, gracias a dios al bebé no le afecto nada, nadamas fue el coraje se me reventaron los glóbulos blancos, me mando al hospital y estuve ahí, dos días nada más, tenía 7 meses y medio iba a cumplir los 8, normal, fui a una consulta, la última consulta, de hecho ese mismo día íbamos a hacer el ultrasonido, este y fui a consulta nadamas a hacerme un estudio de cinturón, que te ponen, ya voy a hacerme el estudio, a perfecto va todo muy bien, el bebé va a buen tamaño, va perfectamente y que bueno hija vas a llegar a los 9 y va a ser parto normal, ay digo y que bueno ¿no? Y haz de cuenta que de repente siento, siento algo raro porque iba a hacer mucho del baño, esos mismos días ¿no? Y decía porque hago mucho del baño y olor a plástico y dije que onda ¿no? Y le llame a mi mamá por teléfono y le explique todo así, así y así y me dijo no alomejor no has tomado mucha agua, le digo pues no, lo normal y me dijo porque no vas al doctor, le dije pues sí, paso una semana, la siguiente semana ya era lunes, haz de cuenta llegamos normal, todo normal, a las 8 de la mañana mi consulta, entro a mi consulta, me ponen el cinturón otra vez, dijo hay

que raro, deje checo al bebé y oh sorpresa, el bebé ya no tenía líquido amniótico, tenía una cosita así pequeña, dos milímetros de agua, de líquido, me dicen ¿Cuántos meses tienes? Y yo pues 8 y medio ya voy a cumplir los 9, dice no, le digo si han de ser como 8, dice no es que el bebé está muy chiquito y el corazón se le escucha muy rápido y yo hay como cree, dice ¿Qué ha sentido?, le dije pues es que he hecho mucho del baño, dice sabes que vamos a pasarte al ultrasonido, me pasaron al ultrasonido y todo y peor me asustan oye, que, se meten todos los doctores, todos, todos los doctores, pues qué onda ¿no? Y la otra doctora checándome la pancita y todo, dice es que sabes que, qué un R quien sabe qué y así sus claves ¿no? Y yo así de ¿Qué? Pues ¿Qué tiene mi bebé? ¿No?, le digo a la doctora ¿qué paso?, dígame ¿qué paso? Y me dice no es que sabe que el bebé ya no tiene líquido amniótico y ya no respira, pero ¿Por qué no respira? Si estaba todo bien, ¿A hecho del baño en la semana? Y yo si hice mucho del baño y no sé por qué, dice es que se le fue el líquido amniótico, ya se le acabo por completo ya, es hora que ya la metamos al quirófano, yo como cree, si, si quiere si no váyase a su casa y se le muere en el camino el bebé, no de una vez, pásenme, me pasaron y yo nerviosa, asustada, llorando, le digo mi bebé ¿va a estar bien?, dicen vamos a ver señora, calma o nace su hijo o se muere adentro, pues ya, le avisaron a mi mamá, mi mamá estaba abajo esperándome, le avisaron a mi mamá que esto y que el otro, ya me pasaron, me cambiaron, me pusieron en camilla, todo, yo llorando, nerviosa, me decían ya cálmate, me pasaron al quirófano y todo y ya fue cesárea, este peso, si ya no tenía líquido amniótico, este, peso un kilo trecientos, chiquitito, este, ya no podía respirar, le pusieron un casco de oxígeno, este estuvo en la incubadora, bueno primero fue en terapia intermedia creo, se quedó, con oxígeno, bueno me pasaron a mí a, recuperación, me pasaron a piso, cuando salí ya de ahí ya lo pase a ver, a ver si estaba en la incubadora todavía, no comía bien ni nada ¿no?, después de ahí, yo iba a verlo diario, a darle de comer, todo ¿no?, diario, diario al hospital, haz de cuenta que de ahí, antes de eso yo le pregunte al doctor ¿Por qué? ¿Por mi enfermedad?, dice mira puede ser por tu enfermedad, pero está inactiva, pero puede ser alomejor por el coraje que hiciste anteriormente, porque aquí me aparece en tu archivo que hiciste un coraje y que, pues se te complico con algo, dice ¿empezaste a sangrar por la nariz y por la boca?, dije si, pues se te complico todo con el coraje, dice ¿Tu embarazo la pasaste mal? Le dije no iba hasta a las clases de que la pelotita y que como cambiar al bebé y todo eso ¿no?, digo de repente si discutía con su papá, discutía con su mamá ¿no?, pero hasta ahí y dicen y es que aparte te sentías muy tensa y pues todo eso, ¿Comías bien?, le digo si,

¿Dormías bien?, si, no se explica, pues alomejor puede ser la enfermedad, no activar pero que te pudo haber tantito afectado y haz de cuenta que después de todo a los 15 días que nace el bebé y yo salgo del hospital, he voy a ver al niño, al bebé y nos fuimos en taxi mi mamá y yo y haz de cuenta que normal, yo me subí a ver al bebé a las incubadoras, voy a darle de comer todo normal, de repente me paro, me paro y siento raro, ha no pero haz de cuenta antes de eso, cuando yo me baje del taxi sentí comuna bolita, una bolita, se me subió de esta pierna (señala su pierna), así, así a este pulmón (señala su pulmón), dije hay qué es esto ¿no?, clarito, clarito como sientes cuando algo se te va subiendo, así clarito, digo hay pues que es esto ¿no?, me baje del taxi, me subí con el bebé, eran las doce del día y todo... Hay de repente así como que ¡hay!, me empezó a doler mucho la espalda, empezó a doler a doler a doler, no yo ya no aguantaba, ya no aguantaba el dolor y de repente se me empezó a ir el aire, el aire y yo hay ¿pues qué es esto? ¿No?, acabo la hora de visita, me bajo con mi mamá, le digo a mi mamá me siento bien mal, me dice ¿Qué tienes?, le digo me siento bien mal, mal, mal, es que no puedo respirar, me duele mucho mi espalda, dice cómo crees, le digo si sabes que vamos al doctor, aquí de volada metete, le dije yo no puedo meterme, si pues aquí está el bebé cómo crees que no, pues nos metimos a urgencias, me metí de volada, iban a hacer el cambio de turno, le digo a mi mamá hay sabes que van a hacer el cambio de turno, no importa, te esperas y yo hay no si yo me siento mal, no aguanto, ya no podía respirar y mi mamá espera y ella mentándole la mamá a las enfermeras y yo óigame ya es que quiero que me atiendan ¿no? Y dicen no pues es que no hasta que acabe el turno ¿no?, le digo a mi mamá sabes que vamos a un similar, dice no espera y estaba pálida, no respiraba, le digo sabes que sóbame mi espalda no, no aguanto y ya iban a ser las 3 esperándome ahí dos horas sin respirar, le digo hay no sabes que, me voy a caer, yo, ella espérate tantito, aguántate y ya de repente ya, cambian todo y me meten a urgencias, me dicen ¿Qué paso?, le digo es que me duele aquí, desde acá, no respiro, ¿Qué tengo? Ya hasta me estaba dando temperatura otra vez, que se me activo o ¿Qué?, me dice a ver vamos a ver, me empieza a checar temperatura, 38 de temperatura, la respiración, no mis pulmones estaban (hace un además con sus manos como simulando una explosión), parados y más que nada este pulmón (se señala el pulmón), le digo ¿pues qué tengo?, me dicen vamos a checarte, te sacan de una venita una que tenemos por aquí, una que duele horrible, sangre, te va a doler horrible, ni modo es un estudios, bueno para no hacértela más larga, he me hicieron el estudio y que según era neumonía, de ahí, me pusieron oxígeno, me pusieron todo, me pasaron a

terapia intensiva, 15 días... ya mi corazón estaba bajísimo otra vez y la temperatura pues igual, igual y haz de cuenta que así dure 8 días y fue un Diciembre, me internaron el 9 de diciembre y eso fue el 12 de hecho, dure dos días, entonces me pasaron a terapia y haz de cuenta que en terapia pues ya le dijeron a mi mamá, ahí si se la plantearon bien feo, sabe que señora si a su hija no se le paran las taquicardias, no se le calma la temperatura esta noche, ya no le damos esperanzas, ya no, está muy mal, está muy mal su hija ya no, mi mamá hay como cree ¿no?, yo estaba en un cuarto sola, sola, sola, con oxígeno, así de la máscara y con un montón de cosas aquí (se señala el pecho) chupones y un montón de cosas y yo me veía así como que no estaba mal ¿no?, o sea yo no me veía tan mal y veía a las enfermeras y todo y así como un ambiente borroso, así como si estuviera medio así como dormida, así como tranquilidad, como peda, así como borrosa a la gente, como que estas así como que raro, veía así a las enfermeras y yo me veía bien y le digo ¿Qué tengo?, decían cálmate hija que te va hacer daño, no hables mucho, no te exaltes mucho, nadamas así ¿no?, gracias a dios pase bien esa noche se me bajo todo, el medicamento y todo se me calmo, la temperatura, las taquicardias, todo, al día siguiente me llevan a ese allá donde esta nutrición, en el de Tlalpan, de perinatología me trasladan para el INEF, me hicieron estudios y todo, te pasan por una maquina grandota, completa, pues resulta que tenía un coágulo, dos coágulos, en la vena del pulmón, en la vena respiratoria del pulmón, que esa vena, se me tapo los dos, los dos pulmones, esa misma vena traslada el aire a los dos pulmones, entonces fue por eso, no fue por actividad ni nada, yo padezco mucho de, bueno mi familia y yo, padecemos mucho de la coagulación y en mi familia han muerto 4 personas por lo mismo, la última fue una ti amia que le hicieron una operación, de la pierna y un día se paró porque iba a comer y se le fue el coágulo a la cabeza, de volada, dicen a ti se te fue, fueron dos coagulosa si (hace el ademan con sus manos de cómo era el tamaño del coágulo), enormes, gracias a dios no fueron chiquitos si no, se te hubieran ido a la cabeza y ahí te quedas, fueron dos coágulos grandes, se te quedaron en el mismo, uno arriba del otro seguiditos, ahí en la vena, la vena, no me acuerdo como se llama esa vena, pero ahí se te quedaron en esa vena, por eso no podías respirar, por eso te dolía la espalda...

Las consecuencias que ocurren en HERA son bastante fuertes, ya que no sólo tuvo la pérdida del líquido amniótico si no que se le formaron dos coágulos que obstruyeron los conductos que iban hacia pulmón, algo bastante grave que de no haber sido por que los coágulos estaban muy grandes probablemente las consecuencias hubieran sido fatales, el

coraje que hizo cuando estaba embarazada también afecto ya refiere haber vomito sangre y no sabian si había tenido reincidencia el lupus o no, solo comentaban los medicos que era un problema por la coagulación, encontrando que HERA emocionalmente tampoco se encontraba tan equilibrada, pudiendo ver una vez más que las emociones son demasiado importantes como para tomarlas a la ligera.

Ahora ARTEMISA dice:

ARTEMISA: este... regreso al hospital a empezar el tratamiento del embarazo y detectan otra vez que el soplo está activo, entonces por eso el nacimiento de mi hijo fue con fórceps, porque yo no podía hacer la fuerza, me alivio de él, tengo mi bebé, 3, 4 meses me hago otra vez el chequeo del corazón, me salen con que el corazón estaba bien, que el soplo se había pasado a un pulmón, porque era movible y yo no tenía mayor problema, paso y a los otros, como al año fue que me volví a hacer el electro y ya salí bien, está el soplo pero, inactivo y me embarazo de la segunda niña pasa lo mismo, de la tercera y pasa lo mismo, de la cuarta y pasa lo mismo y me dicen si hay una quinta ya no lo cuenta así que por favor ya más embarazos no

Ella tuvo una complicación debido al soplo que tenía en el corazón pero según los médicos éste soplo no tenía nada que ver con el Lupus, ella comenta que tuvieron que usar forceps para ayudarle a tener a sus bebés ya que corría mucho peligro su corazón al realizar demasiado esfuerzo, es lo unico donde me icona haber tenido una complicación y ésta misma no haber sido a causa del lupus, después le dicen que ya no debe tener más hijos por éste mismo problema ya que corre peligro su vida y ella decide ya no tener mas hijos.

Y por último vemos el caso de PANDORA dónde nos habla que a pesar de que ha intentado embarazarse no lo ha conseguido, ella nos dice:

PANDORA: la mayoría de las mujeres que tienen lupus generalmente se les genera el síndrome anti fosfolípido, ese síndrome es un síndrome que provoca que se generen trombos a cualquier nivel, entonces eso provoca que uno no se pueda embarazar porque este, se generan trombos ahí en la placenta y pues no deja que crezca el feto, entonces yo llevo dos, dos este... pues dos abortos... de cero meses porque ni siquiera crece, se llama huevo retenido o muerto algo así, huevo muerto retenido.

Los efectos secundarios del lupus son los que no permiten que haya un embarazo, todo lo que tiene que ver con el sistema circulatorio impide que se desarrolle el feto, por lo cual ella ha tenido dos abortos, en donde se tuvo que sometio a realizarse legrados para limpiar toda la matriz.

El efecto emocional que puede traer el saber que el bebé esta en riesgo en un embarazo o que no se pueden embarazar es algo muy fuerte para la mujer que lo vive, pues esta de por medio el pensar que la enfermedad y sus complicaciones son tanto para ella como para el producto, por lo que es importante trabajar la parte emocional en este aspecto con las mujeres enfermas de lupus que tienen este tipo de complicaciones, ya que el como se viva este proceso es muy importante para que pueda o no haber una activacion de la enfermedad, ademas de tener un control como se vio en la historia de vida de HERA en donde acudio a perinatología para embarazos de alto riesgo.

Así en este capítulo analizamos como cada una fue construyendo de manera distinta la enfermedad y a partir de que ya la tenían como fue el éste proceso, es importante que mientras la enfermedad se encuentre activa se lleve un seguimiento o bien someterse a otro tipo de terapias alternativas como puede ser la acupuntura e ir de la mano con los estudios pertinentes para que al final se logre el bebé.

3.1.12 Categoría 12: Trabajo y Escolaridad

Esta categoría es diferente a las otras pues en ésta casi no se encontró alguna relación entre las entrevistas, pero es importante para ver también el proceso que tuvo cada una en su proceso emocional y de construcción de la enfermedad para que el lupus se presentara de forma diferente en cada una de ellas, se citan tres historias de vida representativas de la investigación en las cuáles una es a considerar relativa puesto que la señora que casi no presenta sintomatología tiene mucha influencia el trabajo en su vida, corresponde a la historia de ARTEMISA y menciona que la que la mantiene activa es su trabajo.

El trabajo en la sociedad actual se encarga de hacer funcionar al sistema y que éste en orden para que la gente produzca, en dónde se mantiene enajenada a la población y en

dónde el ideal es consumir todo el tiempo, es así que toda la red esta diseñada para que así se muevan las personas, en donde se les enferma con todo el tipo de alimentación que hay y toda la maraña de cómo se debe vivir y que emociones se deben sentir, como debe de vestir, que accesorios debe usar, pues si no se trae un iphone o un ipod no se ve bien en la sociedad y se excluye, por que se debe de traer ropa de marca, por varias cuestiones que son por las que la gente trabaja, es decir se le ve como una maquina que puede producir, en éste mismo sistema que lo que se le paga sirve para gastar en cosas que no se necesitan y que se le crea la necesidad a la gente para enagenarla, en una cultura donde se tiene una gran carencia afectiva y un gran vacío espiritual, es importante saber esto y verlo claramente, pues el hecho de que retomemos trabajo y escolaridad nos ubica en la realidad que percibe cada entrevistada y cuales son las metas y visiones de ese trabajo, qué es lo que se persigue y nos habla de si hay proyectos de vida, metas fijas o no, para qué es que se trabaja y como el cuerpo vive este proceso, si es sometido o si es forzado a estar de pie muchas horas, o con sedentarismo la mayor parte del tiempo, el hecho de cómo estemos obligando al cuerpo a realizar alguna actividad remunerada y si ésta nos gusta o no, si es parte de nuestro proyecto de vida y como es que nos ésta haciendo sentir, por que en esta sociedad de consumo se gasta más de lo que se tiene, no hay una cultura del ahorro y las personas muchas veces se la pasan la mayor parte de su vida pagando lo que deben.

Veamos primero la historia de vida de HERA que nos menciona tuvo complicaciones con la enfermedad a causa de su trabajo, ella nos comenta:

HERA: cuando yo me separe me metí a trabajar en verificentro, cuando yo me meto a trabajar en verificentro, dure, te digo que dure 2 años, los dos últimos meses, que fue diciembre y enero, yo me empecé a sentir mal, verificando carros, de los que sacan humo, yo ahí me malpasaba mucho, yo trabajaba ahí en la noche, yo sola con mi amiga capturando, yo no comía bien, tomaba mucha agua eso sí, me desvelaba mucho, todo el humo aunque estaba en la oficina, todo el humo, venía a mi ¿no? Y haz de cuenta que yo me empecé a sentir mal un diciembre, no me acuerdo que día exactamente, se me empezaron a hinchar los pies, pero cañón ¿no?, como de vaca y haz de cuenta que, bueno pues paso fue diciembre estaba otra vez con el papá de mi hijo y este, pasamos el año nuevo bien pero haz de cuenta que me empecé a hinchar, ahí en el trabajo me

empecé a hinchar, dije hay quien sabe que será, lo deje pasar, de repente se me hinchaba de repente no, de repente, fue en enero, yo siempre me la pasaba sentada, sentada, siempre, me pasaba de un lugar para otro estaba en la oficina y en la oficina de mi jefe y estaba capturando y haz de cuenta que se me empezó a hinchar esta parte (se señala la cara), la parte izquierda de la cara, se me empezó a hinchar y me decían ¿Qué tienes?, digo ¿Por qué?, tienes la cara hinchada, dicen si, exactamente tenía el ojo hinchado, todo, haz de cuenta hinchado, como bola, entonces dije que tengo y haz de cuenta que los pies, hinchados, deditos chiquitos y una patota ¿no?, dije a canijo pues que tengo ¿no? Y lo deje pasar, después me empezaron a salir úlceras en la boca, muchas úlceras y en la lengua, yo no comía nada, me puse este, canca y se me quitaron, ya dos semanas completas no comía nada, puro, así con popote comida molida, era un asco pero horrible y haz de cuenta que después, pues ya este, se me quitaron, se me quitaron las úlceras, pero haz de cuenta que después de las úlceras me puse hinchada otra vez y faltaba mucho al trabajo, faltaba y pues tenía incapacidad, de dos días y así, llevaba incapacidad y todo eso, una vez me internaron, todavía me tocaba ir a consulta, tenía un análisis y me internaron, me decían que era de las vías urinarias, ya me dieron medicamento y todo eso, fui a trabajar, después y este le dije a mi jefe sabes que me siento muy mal voy a ir al doctor, pues si ve y haz de cuenta que empecé a ir y ya por sus calzones, ya decían que es que ya faltas mucho y que no sé qué, que esto y que el otro y les decía, te estoy entregando mis comprobantes del seguro y todas mis incapacidades ¿no?, si me estas faltando mucho al trabajo, que las demás también tienen su trabajo, hay no, un día enferma, enfermísima me fui, a trabajar, ya no aguantaba, le hable a mi mamá que fuera por mí, ya no aguantaba y haz de cuenta que en ese lapso pues yo deje de ir una semana me fui con el papá de mi hijo, vivía por allá, en ese tiempo ya me sentía mejor y haz de cuenta que de allá me trajeron a mi hijo, le dijeron sabe qué, que su hija está mal, tiene mucho vómito, dijo mi mamá pues que no la llevaron al doctor, le dicen si ya la llevamos pero no la quieren atender, nada más es las vías urinarias y no sé qué, me da una semana vómito, puro vómito, vómito, vómito yo ya no podía respirar otra vez, pero no respiraba nada, solamente hacia así (imita un jadeo), como perro no?, pues peor se me pasaba, una semana se me pasaba y luego otra semana...

Ella se enfermó de los riñones y después se empezó a inflamar del hígado, en el trabajo le decían que faltaba mucho, porque tenía consultas muy frecuentemente. ella toma a mal lo que le dicen en su trabajo y se enoja por esto.

ATENEA dice:

ATENEA: empecé a trabajar desde los 8 años en casa, la limpieza, lavaba pañales, me iba caminando hasta arboledas, luego trabajaba por allá por Villas igual me iba caminando porque si gastaba dinero me pegaban empecé a trabajar desde los 8 años en casa, la limpieza, lavaba pañales, me iba caminando hasta arboledas, luego trabajaba por allá por Villas igual me iba caminando porque si gastaba dinero me pegaban

ATENEA tuvo que trabajar desde muy chica para ayudar con los gastos del hogar lo que hizo que dejara de estudiar, en otra parte de la entrevista menciona que la señora a la que le hacía la limpieza también le pegaba si no hacía bien las cosas, ella de se decia harta de soportar maltratos y golpes de todos. Después de eso comenta que aun continua haciendo limpieza en la casa de algunas personas, pero ahora sobre todo se esta enfocando a vender helados, ya que compro una camioneta en la que vendera, ahoara se percibe a ella misma como mas contenta con ese cambio pues cree que le ira bien y le gusta la idea de poder aprender a manejar para ser autosuficiente.

Estas expectativa genera en ella el deseo de querer construir algo diferente a lo que ha pasado en su vida por lo cual le da otra visión y sentido a nuestro propio proyecto de vida, ya que como nos ganamos el pan de cada día conlleva que estemos haciendo lo que queremos hacer y que por esto se nos sea retribuido.

ARTEMISA nos dice:

ARTEMISA: no ya después, de que me case ya no trabaje, pero yo siempre vendía cosas, a mí me gusta el comercio, entonces vendía yo cosas que hacia mi mamá, o cosas que mi esposo me traía, si traía una tele yo sacaba la anterior y la vendía, o así y después cuando ya empezamos a querer hacer la casa fue cuando me vine para acá que aquí empecé a vender ropa de segunda, fondo, comisión y brassier, yo les traía pura Vicky form pura, pura marca pero era de segunda era la que venia del otro lado por saldos y eso y después empecé a vender las patitas, tengo 33 años vendiendo las patitas

y de ahí ya fui creciendo, empecé con una ollita de 3 litros, una vecina me presto un brasero y no había techos, no había nada, estaba esto en obra negra, entonces empecé a trabajar en eso, empecé con 3 kilos ahorita ya, hace que... 9 años que estaba vendiendo yo todavía allá abajo, vendía 50 kilos de patas diario, entonces mi casa salió, no rápido como yo hubiera querido y salió con muchos sacrificios, pero salió mi casa, la educación de mis hijos y siempre he trabajado, hasta hoy...

... hay veces que ya me canso y digo ya no voy a trabajar, total con lo que tiene él de pensión, a ver cómo le hacemos pero yo ya a no quiero trabajar, pero no, yo sé que no es verdad, yo sé que deseo dormirme por ejemplo 2, 3 días, sin levantarme temprano, sin estar con la presión del tiempo encima de mí y digo los disfruto, pero yo al cuarto yo ya quiero trabajar, me siento inútil, siento como que desperdicio el tiempo, como que no, todavía no es tiempo de estar descansando, todavía no...

yo trabajo los lunes, los martes, los jueves y los viernes, mi salida de aquí de la casa para ir a traer la mercancía es entre 5:15 y 5:30 de la mañana, desde las 5 de la mañana ya anda uno abriendo el ojo porque ya es la hora, entonces mi esposo me lleva, vamos a la bodega, compramos toda la mercancía, venimos llegando aquí como a las 8, 8:15 o las 8:30 a más tardar, de las 8:30 hasta las 11:00, estoy pelando patas, ya más o menos entre las 11 almorzamos y córrele a irte a cambiar el elote para poner el maíz, ya regreso en lo que se alza el maíz para irlo a limpiar, vengo y preparo lo que voy a hacer de comer, si voy a poner a coser pollo o carne o picar verdura, lo que sea, a la una, diez para la una tengo q salir, a limpiar el maíz, a quitarle todo lo viejo, a lavar todas las patas y a dejarlo listo, tiene que estar listo entre las 2 y 2:15 y me regreso otra vez, vengo a acabar lo de la comida y ya voy y preparo los esquites, ya les pongo lo que les tengo que poner, ya vengo alcanzo a dar una trapeada aquí, o una recogidita allá abajo, a las 4 ya estamos comiendo, porque a las 6 tengo que estar allá afuera y ya me meto entre las 9:30, las 9 las 10, a las 8:15, 8:20 ya no hay nada ya nadamas estoy limpiando, pero ya me vengo acostando entre las 11:30 y cuarto para las 12, diario, porque hay que levantar las mesas, hay que limpiar el piso...

...ahorita estamos metiendo 30 kilos diarios, empiezo a trabajar a las 6 y muchas veces a las 8 ya no hay, hay veces que son las 9 o 9:30 y hay unas cuantas patitas pero sí, sí reconocen muy bien mi trabajo, esa es otra parte importante de mi vida, que mi trabajo si ha sido reconocido por la gente, que a la gente que le vendo, esos son los que me valoran y me dicen ARTEMISA, como sus patas no hay en ningún lado, es que yo he

comido aquí, he comido allá y no como las tuyas no y me da mucha satisfacción ver cómo la gente se forma, la paciencia que tiene de esperar, hasta que le toca para que le sirva y me lo dicen, clientes me lo han dicho, es una hora la que tengo formada, muchas veces para llevarse nada más un vaso o para llevarse diez, según, porque clientes de todo tengo, tengo clientes que vienen en carro del año y tengo clientes que vienen caminando, en bicicleta, en moto, tengo gente que viene de Pachuca de Toluca, de Puebla, de acá de San Pedro, de Santa Mónica, de Tlalne, de San Andrés, tengo gente de muchos lados, de muchos lados, pero yo digo que es la constancia y el trabajo, el amor con el que se hagan las cosas, con eso, porque si yo a la primera cuando empecé a vender que pasaban y veían y hacían unas caras tan feas, ¡Hay que está vendiendo!, ¡patas!, ¡Si esas se las comen los perros! Y sentía yo muy feo pero decía, pruébelas si no le gustan no me paga, les daba 10 patas por un peso y cuando empezaron a probarlas entonces si ya y ahorita los reconocimientos que me hacen, ya me siento grande, o sea mi trabajo lo he hecho bien, fue difícil como todos, como todos, yo no me siento una mujer extraordinaria, me siento una mujer normal, este con ganas de vivir bien y cuando quiere uno vivir bien, pues hay que trabajar mucho, pero por lo menos desahogada porque no tengo lujos, usted ve mi casa, no hay lujos, no hay anda de lujos no hay nada que diga hay esa señora con ese jarrón yo me hago rica, no, yo no tengo lujos no tengo nada, me gusta mi casa porque la siento acogedora, esta sencilla, muy humilde, pero aquí esta y nos ha costado mucho trabajo también, además ¿no?, porque cuando a uno le cuesta uno valora más lo que tiene, por eso le digo, cuando traemos reglas atrás de la espalda y traemos una moral que nos inculcan muchas veces equivocadamente ¿no?, en aquellos años, pero no se te quitan, ahí se te quedan y cuando quieres hacer algo, sabes de antemano que estás haciendo mal, porque ya tu consciencia te lo está diciendo tu sabías que esto no era así, pero lo hacemos, entonces eso es lo que yo siempre a mis hijas les he inculcado, para mí lo muy importante, lo muy importante es la honestidad...

Esta historia de vida se presenta diferente a las otras ya que en ARTEMISA se encuentra que fue su motivación el trabajo, al punto de que se siente desesperada si no hace nada y que si puede descansar unos días pero después ya quiere volver a trabajar.

Ella comenta que ha trabajado toda su vida y que es lo que la motiva a seguir, ya que si tiene proyectos aun por cumplir a su edad, pude notar que ella en su proceso de construcción no presenta cuadros tan graves del lupus como en otros casos, incluso dice

que el lupus no llego a órganos y solamente se quedó en lo dermatológico, que ella casi no se enferma y que realmente le gustan todo tipo de sabores no tiene como una predilección en este momento de su vida, se siente orgullosa de su trabajo ya que mucha gente la conoce y le va a comprar las patitas que vende, empezando muy difícilmente con éste trabajo ya que antes no se comían o no eran tan conocidas como ahora, pero no por eso se dio por vencida si no que continuo intentandolo, hasta que su negocio dio resultados favorables.

ARTEMISA menciona siempre haber trabajado y que le gusta esta parte de ser comerciante. Aquí se puede analizar una construcción bastante diferente pues se parte de una mística en donde ama su trabajo y le gusta lo que hace, entonces lo hace con amor y no va dirigida la meta sobre conseguir solo alguna cosa material, no se mira solo el objetivo si no que se disfruta lo que se hace y se trabaja día a día para ello, sin necesidad de competir con alguien, no se pierde la meta de vista pero tampoco se trabaja diario a toda costa para obtener la meta, si no que vive el proceso, lo trabaja y solo fluye con el, ella menciona ese dinero era para su casa, algo que bien era no solo para ella si no para toda su familia, entonces nos acercamos a la idea de que si se tiene otra mística y visión de cómo es que se hacen las cosas, esto nos puede ayudar a construir otro tipo de rutas al interior del cuerpo, a pesar de haber una emoción predominante o un miedo, reclamo, tristeza o ira del pasado.

Ahora con PANDORA que tiene ya un grado de estudios más elevado, encontrando en esta que es la única que tiene un nivel de doctorado, ella comenta lo siguiente:

PANDORA: tengo la licenciatura en física y matemáticas, la maestría en matemáticas y el doctorado en física, por el politécnico, física cuántica y esta la otra que es mecánica cuántica, pero me dedico a todo eso... me dieron muchas incapacidades, pero bueno en la cuestión laboral, no puedes tener, hay un limite de incapacidades, entonces ya todos los otros días que me dieron de incapacidad los tuve que pagar, si pues así es

Así pues el lupus no respeta ni estandares sociales, ni tampoco religiosos o educativos, ella a pesar de su grado de estudios y su tipo de trabajo como profesora del Instituto Politécnico, en el cual vemos incluso en este trabajo que el sistema no respeta el tipo de nivel del mismo trabajo, aun siendo profesora tenia un cierto limite de faltas y si las sobrepasaba las tenía que reponer, ubicandonos nuevamente a este sistema capitalista en donde la persona no se puede dar el lujo de enfermar.

Aunque en ella se puede analizar un proceso sumamente complejo de la enfermedad, pues ha tenido lapsos en donde su sistema circulatorio esta en crisis, donde baja todo el sistema del cuerpo y ha habido muchas complicaciones a causa del lupus, a tal grado que no se ha podido embarazar, entonces podria verse que tambien teniendo un nivel alto de escolaridad el problema se hace un poco mas complejo, es similar al caso de AFRODITA, donde hay complicaciones severas y el nivel de escolaridad es también alto, ya que si estudio una carrera tecnica en la preparatoria al igual que GEA que tiene un nivel de licenciatura y donde la enfermedad ha sido considerable pero no hay llegado al grado afectación como en otras entrevistas, pudiendo decir que es posible que si se complique el proceso mientras más grados de estudios tienen las pacientes con lupus.

3.1.13 Vivienda

La vivienda es parte importante de nuestro desarrollo a lo largo de nuestra vida, ya que representa un espacio en una geografía en donde hay una memoria colectiva y energetica, el espacio en donde crecemos y nos desarrollamos marcar un tipo de creencia o maneras de vivir, al igual que va relacionado con la alimentación ya que no seran los mismos requerimientos de nuestro cuerpo si se vive en un lugar caluroso a un lugar frío, o en la parte sur del país a la parte norte, no habrá el mismo tipo de vegetacion o fauna, y asi en cada lugar del planeta, es también importante saber si la casa contaba con todos los servicios, si era casa propia o rentada, quienes vivían en el hogar, si era un lugar de cuantos metros por cuantos mestros, si se vivia en hacinamiento o bajo que circunstancias, sí se contaba con una recamara propia o se tenía que compartir con demas miembros de la familia, pues la vivienda nos da una idea amplia del contexto, para poder analizar si hay alguna correspondencia con el lupus.

En las historias de via la mayoría de las casas era de cemento firme y loza, en algunos habia loseta, pero en todos los casos cuentan con los servicios básicos que son, agua potable, luz, gas, alumbrado publico y servicios de drenaje, en algunos había mas lujos que en otros, pero todas las historias de vida son similares, viviendo en diferentes lugares algunas entrevistadas ya que rentaban o se cambiaban de casa como lo veremos en la

siguiente entrevista la cual es representativa, ya que sus papás de PANDORA cuando ella era niña se cambiaban continuamente de residencia, lo cuál pudo tener un cierto movimiento en la misma construcción del lupus, sin duda un cambio de casa es algo que no pasa desapercibido para el cuerpo y pandora nos comenta:

PANDORA: ...que crees, que nos mudamos muchas veces, cuando era chica vivíamos, bueno eso no me acuerdo pero vivimos un tiempo por donde vive mi abuela y después nos cambiamos a otra casa, después vivimos en otro estado, después nos regresamos, al menos me cambie como 6 veces de casa cuando era chica, o sea todo fue muchos cambios de ese estilo...unos fueron por problemas económicos ¿no?, este... y otras por cuestiones laborales, cuando nos fuimos, vivimos en San Luis Potosí, fue porque mi papá se fue a trabajar para allá, entonces le dieron trabajo allá y pues ni modo se tuvo que ir a residir allá, entonces, peor cuando, el problema fue de que en esa época, bueno todavía, eran muy discriminativos con los chilangos, entonces tuvo muchos problemas con las tarjetas de crédito, el chiste es de que le quitaron parte de su dinero y entonces nos tuvimos que regresar, entonces aquí al menos mientras consiguió su crédito, nos cambiamos aparte como otras 3 veces de casa, por lo mismo porque entre que había problemas con los caseros, entre que, este... siempre hubo muchos problemas con los caseros fíjate, ahorita que lo estoy pensando, si siempre fue de que, ya de repente le decían que ya no, que ya querían la casa y ya y yo así de pero... bueno ni modo, si fíjate fue por eso y ya la última vivienda es donde llevamos, la sigue pagando pero ya es vivienda propia, pero ya llevamos ahí viviendo 17 años, ya es la casa mas estable

Como ella dice refiere haber vivido en varios lugares, en San Luis Potosí un lugar mas caluroso que el estado de México, en la entrevista también menciona jamas haber vivido en el distrito federal, dónde ella se pudo apropiar de varias cosas dependiendo de los lugares en donde fue creciendo.

3.1.14 Religión

La religión es algo que atraviesa sin duda al cuerpo, en la sociedad que vivimos desde hace mucho tiempo se intenta mantener algún tipo de control sobre los habitantes, por lo que la religión cubre muy bien estas demandas para mantener el control sobre los pueblos y las naciones, en su afán por mantener el poder. En las culturas donde se cree en algún dios

que castiga a aquel que no se somete a las reglas de los que estan en el poder y es una cultura en donde el miedo es la principal herramienta de control, pues el miedo esta escrito en el documento vivo que es el cuerpo, marcandolo por generaciones y generaciones, es en esta persona suprema a la que llamamos Dios y en la que depositamos toda nuestra fé y esperanza, la que nos hace que cuando nos sintamos p rdidos acudamos a ella viendo también la otra parte, la culpa, nos culpamos a nosotros o al otro, por un miedo a que no sabemos que nos puede ocurrir si tenemos acciones pecaminosas y negativas como se le es llamado en la cultura occidental.

El ver aquí en las historias de vida, c al era su creencia de las entrevistadas no es algo que saliera tan marcado ya que ellas mencionaron que si creían pero tampoco eran fanaticas de la iglesia, no se encontr  ningun solo caso de las 10 entrevistas en dónde la religión fuera algo de vital importancia, sin embargo durante la entrevista ellas is mencionaban plabras como “primero dios”, “yo digo lo que dios diga”, “lo que dios quiera”, “dios sabra”, aunque en la pgregunta de religión no lo hayan mencionado tanto si podemos encontrar que ellas lo tiene ya interiorizado en su cuerpo y lo toman como algo que es parte ya de su vida, un dios en el que confian y al que le dan la responsabilidad de lo que pasa, donde creen en él y se encomiendan a ese dios que es el todo poderoso y donde ellas dicen “lo que el quiera”, “lo que dios diga”; se ponen a continuación algunas citas para que nos de una idea más clara de cómo es que ellas conciben a la religión. Gea nos dice lo siguiente:

GEA: bueno yo soy católica porque así y así me dijeron y... pero además, digamos que no me meto mucho en eso de la religión porque me mete mucha duda, porque dudo a veces si es una religión si es correcto y demás, pero la necesidad de sentir un ser supremo si la tengo, entonces como ese es el único que conozco, bueno mejor que otros se que existen muchos más, pues digamos que si me siento bien de saber que hay alguien superior y que yo creo eso y que sea que voy a misa cada ocho días

La mayoría de las entrevistadas, creen en alguna religión por que sus padres se los incuclaron, sabiendo que en México la religión que predomina es la catolica, en una entrevista solamente de las 10 se encontr  a una que practicaba como testigo de jehov , pero solo por que su mamá se lo enseño y eso no era algo que ella hiciera recurrentemente.

ARTEMISA comenta:

ARTEMISA: soy cristiana, yo creo en Dios, en nuestro señor Jesucristo y soy cristiana en ello creo y claro que tengo fe, claro que tengo temor y creo en su poder, sé que es el único que nos puede ayudar y sé que cuando el mete su mano no pasa nada... no voy muy seguido a misa, pero si me gusta ir a la iglesia, este, cuando nace, cuando no te obligan, cuando dices voy a ir porque lo siento, tengo esa necesidad y en la palabra de Dios dice que no hay necesidad de estar en un santuario para abogar por uno, pedir por él ¿si no?, tu recamara dicen, puede ser el lugar adecuado, entonces no necesitas estar metida en una iglesia para estar bien con él, nosotros, las acciones que nosotros tengamos, son las que se toman en cuenta

El poder confiar y contar con un ser supremo es algo que nos deja respirar un poco mas tranquilos al saber que hay alguien que nos cuida y nos protege y que está ahí para cuando lo necesitemos y en el momento que así se requiera, algo que en su contra parte desfavoreceria el poder mirar con otros ojos una teoria en dónde sabemos que lo que se construye es por que yo como ser humano los construí y no por que sea un castigo divino o porque dios lo quiso así, en esta investigaciones ninguna entrevistada menciona que a esto se deba su enfermedad, lo que nos dice que a todas las atraviesa esta parte en cuánto a la religión pues ninguna es fiel creyente de ninguna comunidad.

3.1.15 Categoría 15: Tipo Sanguíneo

El tipo sanguíneo nos sirve para comprender mejor de dónde son los orígenes de cada una de las entrevistadas o mezcladas con que tipos sanguíneos, si hay alguna predisposición por algun tipo o si se marca general, en este caso la mayoría de las entrevistadas son de tipo O positivo que corresponde el tipo sanguíneo mas antiguo de mesoamérica, este nos permite también saber que tipo de alimentos podemos consumir otra vez ligado a la geografia del lugar en donde nos encontramos, pues hay alimentos que son mejor absorvidos por algun tipo sanguíneo que por otro y ciertas demandas del cuerpo ante esta situación, conocer el tipo sanguíneo deja ver que es lo que mas se debe de consumir y que alimentos en menor cantidad, al igual que puede ser un factor en donde los medicamentos tenga otro tipo de reacción, en cada uno de ellos.

Tabla 10. Tipo sanguíneo de las entrevistadas

| ENTREVISTAS | TIPO |
|-------------|------|
|-------------|------|

| SANGUÍNEO | |
|-----------|----|
| HERA | O+ |
| AFRODITA | O+ |
| ATENEA | O+ |
| ELEKTRA | A+ |
| GEA | O+ |
| ARTEMISA | A+ |
| PANDORA | O+ |
| HIPÓLITA | O+ |
| MEDUSA | O+ |
| ARIADNA | O+ |

En la tabla vemos la predilección por el tipo sanguíneo O positivo, pero también tenemos a dos entrevistas con el tipo A positivo, lo cual explica que su incidencia es mayor en la sangre de origen mesoamericana, que es un tipo de sanguíneo muy ancestral. Y en dónde en el tipo A no se ha presentado de manera tan agresiva la enfermedad del lupus al igual que en sus consecuencias con los medicamentos, pues no aparece tan marcada la enfermedad en sus vidas, ni con muchos efectos por el lupus eritematoso sistémico.

3.1.16 Categoría 16: Concepto de cuerpo/vida/belleza.

La manera en que las entrevistadas ven a su propio cuerpo y a su propia vida o belleza antes y/o después de la enfermedad nos permite saber que idea se tiene con respecto a lo que es la propia existencia y que piensan ellas con respecto a esto, cómo es que ven a su cuerpo y si se toman o no en serio la responsabilidad del mismo.

HERA dice:

HERA: bueno pff antes, si te contara, bueno, antes, antes de yo enfermarme, no manches tenía, no es por presumir verdad, tenía un cuerpo hermoso, me encantaba mi cuerpo, siempre he sido delgadita, siempre, siempre, pues si estoy delgada ahorita,

estaba más delgadita, me gustaba mucho mi cuerpo y este pues del color del cuerpo estaba todo lo contrario, clarita, lo que me encanta de mí, es mi nariz, es lo que me encanta, este, me gustan mucho mis ojos, este mi boca, bueno toda mi cara me encanta, antes yo estaba muy traumada, porque mi familia es de mucho pecho, demasiado pecho, yo empecé a tener mi regla, a los 9 años, mis pechos empezaron a crecer a los 8 años de edad, pero haz de cuenta que de 8 a los 13 años, estaban tremendos, o sea parecían de una señora ya grande, yo iba en la calle y... Me tapaba, luego hay cada gente morbosa, que hasta los hombres así de... en mi salida de sexto año me compraron un vestido bien bonito y le decía a mi mamá es que mira, se me notan mucho, no, yo me traume mucho y, haz de cuenta que la verdad tenía más pompi ¿no?, mi vientre estaba planito, planito, ¿no?, así mucha pompi no pero si tenía pompi, lo único que no me gustaban eran mis pechos, estaban demasiado grandes, cuando iba a cumplir quince años, estábamos ensayando aquí, estaba lloviendo, entonces nos metimos, dimos la vuelta, mi cuerpo cayó encima del cuello, pero cañón, el día y con collarín, me vinieron a sobar con collarín y todo, bueno, pues desde antes me llevaron al doctor para ver qué onda con mi columna, me dijeron que por el peso de mis pechos, estaba tremendos y luego con la caída, pues peor, desde entonces el cuello, ahorita que estaba agachada yo así (me enseña como estaba agachada), me duele cañón, la columna y con el cuello pues peor, haz de cuenta pues, me traume yo mucho con los pechos, con decirte fue tanto mi trauma que le dije a mi mamá sabes que, véndame los pechos, véndame...

El sí aceptamos a nuestro cuerpo o no con todo lo que éste representa, si no nos quejamos y reconocemos que el cuerpo es el unico espacio que se tiene para construir y por lo tanto es lo más origianl que puede haber pues es la vida misma, entonces nos amamos y valoramos y cudiamos la vida como es, pero si no aceptamos o estamos a disgusto con alguna parte del cuerpo, ésta información llega hasta él y entonces se genera una especie de rechazo de nostros hacia nosotros mismos.

La siguiente historia de vida corresponde a ARTEMISA que nos dice:

ARTEMISA: hay varias clases de belleza, yo calculo que sean dos, la física y la interior, es importante, es muy importante, una persona que se sabe que es guapa que es bonita, es una persona muchas veces más segura, que le dicen que esta fea ¿no?, entonces para mi es importante, no necesariamente, pero si, si es importante y para una persona que tiene un complejo de que es fea porque toda su vida ha vivido con una

belleza, pues es peor, porque pues así, pero sí, pero no para mí es más importante la belleza de adentro, la persona, su esencia valla, como sea, hay muchas personas que tienen muy buena percha, pero son mentirosos, o son juzgadores, o son violadores y no, no, no y de cosas no, no se conoce nadamas a una persona por verla ¿no?

ARTEMISA nos habla de una belleza interior, la belleza que nos refiere a la propia existencia, en la belleza en la que podemos ver reflejado al espíritu, el como nos sentimos con respecto a lo que se ve por fuera y lo que se ve por dentro de nuestro cuerpo, nos hará ver si estamos o no en armonía con nosotros mismos.

3.1.17 ¿Por qué creen que tiene la enfermedad?

En ésta última categoría se pregunto que porqué creía la paciente que tenía la enfermedad de lupus, para poder saber si le hechan la culpa a algo o a alguien o si se dan cuenta de que el proceso que construyeron lo hicieron ellas mismas o pudiera ser también creado por una lealtad en lo transgeneracional, sin embargo se encontraron las siguientes respuestas.

HERA comenta:

HERA: ...una alomejor porque me enferme, porque se supone que te da gripa de la garganta y te compones, pero yo pienso que alomejor fue algo de mi mamá, que si una vez de los riñones le dijeron a mi mamá que yo iba a padecer de los riñones, yo tomaba mucha agua, nunca me enferme de las vías urinarias así que digamos fuerte, fuerte no, pero yo digo que fue desde mi mamá, algo hizo mi mamá, o algo me hizo en el proceso de su embarazo, algo, es lo que yo me quiero sacar la duda, o sea ¿Qué paso?, ¿Qué hizo?, ¿Qué se tomó?, porque dicen que si igual y sale el bebé así con la enfermedad, pero después ¿Qué paso?.

Ella cree fue a causa de enfermarse de gripa y piensa pudo ser por un virus o una bacteria y así se desencadenó la enfermedad, o le hecha también la culpa a su mamá, pues cree que hizo algo cuándo estaba embarazada y se pregunta que fue lo que hizo y saberlo, aquí ella no se hace responsable en ella misma no asume ser ella quién construyó el lupus y le hecha la culpa a los demás de lo que le sucede.

ELECTRA: dicen que como todos tenemos la enfermedad guardada, algunos la desarrollan y otros no... dicen que también por guardar sentimientos ¿no?, pues pienso a veces que por guardar mucho resentimiento o algo así...

Ella tiene una idea un poco más concreta de que es ella la responsable de la enfermedad pues dice que por los sentimientos y por guardar resentimientos, pero también comparte la culpa de su enfermedad con lo que dice la alopátia, “todos tiene la enfermedad y que solo algunos la desarrollan”, culpando a algún gen o a la herencia, siendo algo que pelea mucho la alopátia ya que no creen que haya un destino, pero planetan las cosas como si ellos mismos sugirieran que es por que el destino es así y así se debe de vivir y de morir sin poder tener elección.

ARTEMISA dice:

ARTEMISA: no pues ni idea tengo, porque me dio, no sé, bueno la fiebre reumática está ligada con el reumatólogo a lo de mis huesos y articulaciones, ¿no?, pero lo del lupus y esas cosas no me explico porque, en mi familia no lo hay, ninguno de mis parientes lo tiene, no sé, no hay ese problema

Ella considera algo parecido a ELECTRA, lo que la alopátia señala y dice, que se debe a los huesos y ligado a las articulaciones, nuevamente se busca a quién echarle la culpa y ella creía se debía a su trabajo, al pelar las patitas que vendía ya que estaba constantemente en contacto con el frío y el calor, pero ella menciona un punto importante que es el que en su familia jamás hubo esa enfermedad, por lo cual ella sería el primer caso de lupus en su sistema, preguntándonos entonces de dónde viene el lupus y ésta misma pregunta nos regresa a lo antes planteado y con lo que sí se le puede dar una respuesta más coherente, al mismo proceso de construcción del sujeto.

Y por último la historia de vida de PANDORA que comenta:

PANDORA: pues quien sabe, fijate que este, he leído que, bueno he leído mucho del lupus pero, pues que es una enfermedad psicósomática, realmente influye mucho el estado de ánimo de la persona, el cambio de clima, bla, bla, bla, bla, que si la mamá estuvo triste, entonces pues en parte que supongo que esos estudios tienen mucha razón, pues yo recuerdo que cuando era chica, bueno mi mamá dice que eso ¿no?, que, que

realmente cuando ella estaba embarazada, lloraba mucho o sea que estaba deprimida por la situación está ¿no?, aparte mi mamá tiene hipertiroidismo y síndrome de Sjögren algo así se llama, es en donde genera menos fluidos y luego yo de niña me acuerdo que también era una persona muy deprimida y siempre he sido muy depresiva, bueno claro últimamente ya la controlo más, pero siempre ha sido así y la verdad este, pues yo supongo que ha de ser algo así, no sé, la verdad si me preguntas ¿Por qué?, pues igual y ya me toco ser una de cada cien ¿No?, una de cada mil o no se cada cuantas tienen lupus, soy especial...

Tiene una idea mas clara de que ella es quien construyo la enfermedad debido a lo psicosomático, es decir ella si sabe que es debido a su estado de animo, pero lo mezcla con otras cosas cuándo nos dice del clima, también tiene la idea de que pudo ser una construcción de su propia madre pues cuando estaba embarazada de ella se la pasaba deprimida y la final menciona algo que dice la alopátia “es un caso especial”; pues la prevalencia es muy rara y aun no se tienen muchos casos de lupus aunque las cifras cada día aumentan y lo que antes no se veía demasiado ahora si se percibe con más nitidez, niñas pequeñas con lupus eritematoso sistémico.

Capítulo IV
4. CONCLUSIONES

*Quería tan sólo intentar vivir aquello que tendía a brotar
espontáneamente de mí. ¿Por qué había de serme tan difícil?
Hermann Hesse*

En este capítulo se retoma el primero y el segundo una vez analizado el tercer capítulo para saber si se cumplió o no con lo que se esperaba encontrar en las historias de vida y saber cuales son las causas para que las personas se enfermen de lupus Eritematoso Sistémico, lo encontrado fue que la alopátia nos habla acerca de que esta enfermedad tiene que ver con una afección en el sistema inmunológico que es crónica e inflamatoria y que va degenerando al organismo el cual se va deteriorando y empieza a generar anticuerpos que atacan al mismo organismo, reaccionando contra el propio tejido y daño en éstos, la alopátia menciona que es de causa desconocida, es decir no saben a que circunstancias se deba su presencia, menciona sólo posibles factores como lo es la predisposición genética, factores hormonales y ambientales como serían la exposición excesiva al sol, medicamentos, estrés, infecciones virales o bacteriales, que en ciertos individuos “genéticamente predispuestos” generan estos tipos de anticuerpo, contrastando esto con la visión oriental y las historias de vida oral, se encontro que las enfermedades crónico degenerativas autoinmunes en este caso el lupus eritematoso Sistémico se da a partir de que el proceso de la construcción humana del sujeto tiene una implicación que hace el cuerpo del sujeto ante una situación amenazante, el sujeto no tiene palabra y lo expresa con el cuerpo, el cuerpo como espacio que porta la vida, ese cuerpo se define al margen de la cultura, construye una respuesta de supervivencia que es leída como una respuesta de inmunidad, es decir se debe a una respuesta que el cuerpo construye, la vida en el cuerpo es una cosa que no está determinada por la genética ni un huésped viral o bacteriano, si no que ésta condición la crea el cuerpo que tiene una vida amenazante pues como se mostro aquí en las historias de vida se encontro que éstas mujeres tienen un acontecimiento en común

como abusos o violaciones o algún tipo de agresión física por parte de alguno de los padres, estos hechos los cuales pusieron en peligro la vida de la persona en un determinado momento pues el cuerpo lo sintió así y mandó un aviso de que la vida estaba en riesgo, como lo vimos en la teoría propuesta el cuerpo tiene un mecanismo autosustentable, al tener una amenaza del exterior éste mismo responde dando lugar a una enfermedad autoinmune, pues el sujeto se encuentra ante un hecho amenazante para la vida y busca rutas que lo ayuden a protegerse y defenderse de lo que lo está agrediendo aunque estas rutas no siempre sean las más adecuadas para el sujeto ni para la vida y el hecho de que sea lupus eritematoso sistémico y no otra enfermedad autoinmune se debe a todo esto antes mencionado aunado a su vez con una construcción que elige el sujeto para su vida y aquí se ve involucrada la parte emocional en donde dominan las emociones del miedo, ira, tristeza y ansiedad y en todas las entrevistas se encontró que estas emociones surgían con respecto a alguien o al hecho que tenían del acontecimiento en común, entonces surgía el reclamo, el miedo por no poderse defender ante los sucesos que estaban ocurriendo y después la ansiedad por sentir que no podían resolver lo anterior, todo eso dejando una tristeza mezclada con mucha ira y reclamos en la persona, por eso se encontró que los sabores de predominancia eran picoso, salado, dulce y ácido, que nos refleja las necesidades del cuerpo ante una emoción predominante.

La identificación, incorporación e internalización de todo lo vivido hacen que se generen nuevas rutas al interior del cuerpo en donde la emoción puede viajar, cambiando de relación en dominancia y la manera en que los órganos cooperan dando así paso a muchas alteraciones en el cuerpo, también se encontró que éste fue un proceso a través de varios años y que en las niñas se presentaba más rápido la enfermedad, inclusive toda la sintomatología dejando daños incluso mayores a las que presentó la enfermedad en la edad adulta, viendo así que se mezcla la emoción de la hija con la de la madre y la hija guardando una cierta lealtad hacia el reclamo a papá por haberse ido o por tener otra familia, en cuanto a los síntomas que se presentaban se pudo detectar que eran similares atacando a órganos principales como riñón e hígado, el aparato circulatorio y pulmones. En la parte de la alimentación se pudo encontrar que fue una alimentación tradicional y típica de México, en donde se mezclan desde refinados, harinas, azúcares, proteínas, vitaminas y conservadores, encontrando que la mayoría comía de la misma forma, en cuanto al tipo

sanguíneo la mayoría de las entrevistadas es O positivo y se detectó que en pacientes de tipo A es menos marcada la sintomatología, tomando en cuenta que la sangre O es la más antigua de las culturas y que en su información genética no se tenía antes este tipo de información, en cuanto a la parte transgeneracional se pudo observar que la mayoría de ellas tiene reclamos e ira hacia alguno de los dos padres y que en la mayoría hay ausencia de alguno de ellos, en especial el padre, en cuanto a relaciones con hermanos se observó que a veces las pacientes no ocupan los lugares que les corresponde en la familia si no que toman responsabilidades de la mamá o del papá, saltando de un lugar a otro como posición en el sistema familiar; sacrificándose y al final no resolviendo nada pues se vuelve después de cierto tiempo una carga para la persona que está tomando la responsabilidad del sistema, sacrificándose y viendo en las entrevistas que al final terminaban mal con la misma familia, en los daños por los medicamentos se observó que varias de ellas tuvieron que suspender los medicamentos pues los efectos y reacciones secundarias eran mayores a los beneficios que se obtenían y en algunos casos dejaron secuelas irreversibles.

Cerrando este análisis en donde se demuestra que la enfermedad se da a partir de una respuesta que crea el cuerpo como mecanismo de defensa para proteger la vida debido a una agresión que se presentó en algún momento de la vida de las entrevistadas y donde no se pudo agredir hacia fuera y entonces la respuesta fue hacia adentro, haciendo que el cuerpo buscara rutas de defensa y que no es debido a un gen o un huésped genético como lo menciona la alopatía, entendiendo entonces que esta propuesta nos sirve para descartar la teoría alópata acerca de cómo se construye la enfermedad autoinmune de lupus eritematoso sistémico en el cuerpo, dando así otra posibilidad de tratamiento a las personas con esta enfermedad.

Capítulo V

5. LA PROPUESTA

*nos encadena lo que rechazamos,
y sólo lo que amamos nos hace libres.*

Joan Garriga

Elaborar una propuesta que pueda permitir al lector y a los pacientes con Lupus eritematoso sistémico o los que tienen cierto riesgo en desarrollarlo pues identifica uno o varios puntos en su vida que se mencionan en la tesis o de forma muy similar, un cambio y un punto de partida para revertir todo aquel proceso inmune que construyó el cuerpo para defenderse ante una situación amenazante, se puede hacer de una manera en que metamos al cuerpo en otra dinámica, en una sintonía en donde le mostremos al cuerpo que ya no se encuentra en peligro, que la vida puede florecer a partir de lo que se tiene y aceptar que los hechos vividos no se borrarán, pero pueden verse desde otra mirada y así poderle enseñar al cuerpo que ya no está en una situación donde peligre la vida.

Para esto es necesario ir al origen pues como se menciona en el capítulo dos las pacientes tenían un reclamo hacia padre o madre, entonces el hecho de ir y perdonar significa mover algo en la condición corporal, entendiendo que el padre es la fuerza y la madre es la vida y que a ambos los necesitamos de una manera armoniosa dentro de nuestro cuerpo, pues si no aceptamos a papá o a mamá por lo tanto tampoco nos aceptamos a nosotros mismos.

A continuación se muestra un cuento llamado ¿Dónde están las monedas? Que a pesar de ser muy largo vale la pena para el lector mirar con ojos de niño ese pasado tormentoso e ir ahora con la fuerza de adultos a resolver eso que nos dejó heridas en el cuerpo y el espíritu.

Y se presentan también dos fragmentos de las entrevistas donde nos ejemplifica como es que esas entrevistadas no pueden aceptar a alguno de los padres y les guardan algún tipo de rencor.

Una noche cualquiera de un tiempo cualquiera, una persona tuvo un sueño especial: soñó que recibía unas cuantas monedas de manos de sus padres. No sabemos si eran muchas o pocas, si eran miles, cientos, una docena o apenas un par. Tampoco sabemos de qué metal estaban hechas, si eran de oro, plata, bronce o tal vez de simple hierro.

Mientras soñaba que sus padres le entregaban las monedas, sintió espontáneamente una sensación de calor en su pecho. Quedó invadida por un gran alborozo. Estaba contenta, se llenó de ternura y durmió plácidamente el resto de la noche.

Cuando despertó a la mañana siguiente, la sensación de placidez y satisfacción persistía. Entonces, decidió caminar hacia la casa de sus padres. Y, cuando llegó, mirándolos a los ojos les dijo:

—Esta noche habéis venido en sueños y habéis depositado unas cuantas monedas en mis manos. No recuerdo si eran muchas o pocas. Tampoco sé de qué metal estaban hechas, si eran de un metal precioso o no. Pero no importa, porque me siento pleno y contento. Y vengo a deciros: Gracias, son suficientes. Son las monedas que necesito y las que merezco. Así que las tomo con gusto porque vienen de vosotros. Con ellas seré capaz de recorrer mi propio camino.

Al oír esto, los padres, que como todos los padres se engrandecen a través del reconocimiento de sus hijos, se sintieron aún más grandes y generosos. En su interior sintieron que podían seguir dando a su hijo, porque la capacidad de recibir amplifica la grandeza y el deseo de dar. Así, dijeron:

—Eres un buen hijo. Puedes quedarte con todas las monedas, puesto que te pertenecen. Puedes gastarlas como quieras y no es necesario que nos las devuelvas. Son tu legado, único y personal. Son para ti.

Entonces el hijo se sintió también grande y pleno. Se percibió completo y rico, y pudo dejar en paz la casa de sus padres. A medida que se alejaba, sus pies se apoyaban firmes sobre la tierra, y andaba con fuerza. Su cuerpo también estaba bien asentado en el suelo, y ante sus ojos se abría un camino claro y un horizonte esperanzador.

Mientras recorría el camino de la vida, se fue encontrando con distintas personas. Le acompañaban durante un trecho, a veces más largo, a veces más corto. Algunos le acompañaron durante toda la vida. Eran sus socios, amigos, parejas, vecinos, compañeros, colaboradores, e incluso sus adversarios. En general, el camino le resultaba sereno, gozoso, en sintonía con su espíritu y su naturaleza personal. Y aunque no estaba exento de los pesares naturales que la vida impone, lo sentía como el camino de su vida.

De vez en cuando volvía la vista atrás, hacia sus padres, y recordaba con gratitud las monedas recibidas. Cuando observaba el transcurso de su vida o miraba a sus hijos o recordaba todo lo conseguido en el ámbito

personal, familiar, profesional, social o espiritual, aparecía la imagen de sus padres y se daba cuenta de que todo aquello había sido posible gracias a lo recibido de ellos, y que con su éxito y logros les honraba.

Se decía a sí mismo: “No hay mejor fertilizante que los propios orígenes”, y entonces su pecho volvía a llenarse con la misma sensación expansiva que le había embargado la noche que soñó que recibía las monedas.

Otra noche cualquiera de otro tiempo cualquiera, otra persona tuvo el mismo sueño, ya que tarde o temprano todos llegamos a tener ese sueño. Venían sus padres y depositaban en sus manos unas cuantas monedas. En este caso tampoco sabemos si eran muchas o pocas, si eran miles, unos cientos, una docena o apenas un par. No sabemos de qué metal estaban hechas, si de oro, plata, bronce o simple hierro...

Al soñar que recibía en sus manos las monedas de sus padres, la persona sintió espontáneamente un pellizco de incomodidad. Quedó invadida por una agria inquietud, por una sensación de tormento en el pecho y un lacerante malestar. Durmió lo que quedaba de noche revolviéndose encrespada entre las sábanas.

Al despertar, aún agitada, sintió un fastidio que parecía enojo, pero que también tenía algo de queja y resentimiento. Su cara era el rostro del sufrimiento y de la disconformidad. Con furia y un ligero tinte de vergüenza, decidió caminar hacia la casa de sus padres. Al llegar allí, mirándolos de soslayo les dijo:

—Esta noche habéis venido en sueños y me habéis entregado unas cuantas monedas. No sé_si eran muchas o pocas. Tampoco sé de qué metal estaban hechas, si eran de un metal precioso o no. No importa, porque me siento vacío, lastimado y herido. Vengo a deciros que vuestras monedas no son buenas ni suficientes. No son las monedas que necesito ni son las que merezco ni las que me corresponden. Así que no las quiero y no las tomo, aunque procedan de vosotros y me lleguen a través vuestro. Con ellas mi camino sería demasiado pesado o demasiado triste y no lograría ir lejos. Andaré sin vuestras monedas.

Y los padres, que como todos los padres empequeñecen y sufren cuando no tienen el reconocimiento de sus hijos, se hicieron aún más pequeños. Se retiraron, disminuidos y tristes, al interior de la casa. Con desazón y congoja comprendieron que podían dar todavía menos de lo que habían dado a aquel hijo, porque ante la dificultad para tomar y recibir, la grandeza y el deseo de dar se hacen pequeños y languidecen. Guardaron silencio confiando en que, con el paso del tiempo y la sabiduría que trae consigo la vida, quizá se llegaran a enderezar los rumbos fallidos del hijo.

Es extraño lo que ocurrió a continuación. Después de pronunciar aquellas palabras ante los padres, el hijo se sintió impetuosamente fuerte, más fuerte que nunca. Se trataba de una fuerza extraordinaria: la fuerza feroz, empecinada y hercúlea que surge de la oposición a los hechos y a las personas. No era una fuerza genuina, como la que resulta del asentimiento a los hechos y está en consonancia con los avatares de la vida, pero sí era una fuerza apasionada e intensa. Era la clase de fuerza que configura el paisaje del sufrimiento humano, aquella en que las personas tratamos de apoyarnos cuando carecemos del coraje y de la humildad suficiente para aceptar la realidad tal como es y a nuestros padres tal como son. La falsa fuerza que nos concede la oposición a las cosas, el resentimiento hacia las personas y el victimismo frente a los hechos vividos.

Con el tiempo, esta persona aprendería que ningún sufrimiento concede derechos, ninguna postura existencial edificada sobre heridas concede merecimientos y que el único sentido de este sufrimiento, que no es dolor, es

hacer sufrir a los demás, ya que únicamente el dolor genuino despierta la compasión. Pero aquel día, la persona abandonó la casa de los padres diciéndose a sí misma:

—Nunca más.

Se sentía fuerte pero también vacía y necesitada. Aunque lo deseaba no lograba quedarse en paz.

A medida que se alejaba de la casa de sus padres, sintió que sus pies se elevaban unos centímetros por encima de la tierra y que su cuerpo, un tanto flotante, no podía caer en su peso real. Sintió algo más sorprendente a n : cada vez que abría los ojos parecía que miraba lo mismo, un horizonte fijo y estático.

La persona fue desarrollando una sensibilidad especial. Así, cuando encontraba a alguien a lo largo de su camino, lo contemplaba con una enorme esperanza y de manera inconsciente se preguntaba:

—¿Será esta persona la que tiene las monedas que merezco, necesito y me corresponden, las monedas que no tomé de mis padres porque no supieron dármelas de la manera justa y conveniente? ¿Será esta la persona que tiene aquello que merezco?

En cierta ocasión la respuesta fue afirmativa, y todo resultó fantástico. Se enamoró y sintió que todo a su alrededor era maravilloso. Y, sin darse cuenta, empezó a esperar que el otro tuviera aquello que no había tomado de sus padres y se lo diera.

No obstante, aunque la esperanza de encontrar las monedas le resultó embriagadora al principio, cuando el enamoramiento acabó convirtiéndose en una relación y la relación duró lo suficiente, la persona descubrió que el otro no tenía lo que le faltaba, es decir,

aquellas monedas que no había tomado de sus padres.

—¡Qué pena!— se dijo entonces, y se quejó amargamente de su mala suerte, culpando de ella al destino.

Se sintió desengañada, sometida a un tormento emocional que tomó forma de desesperación, desazón, crisis, turbulencia, enfado, frustración. Y es que, aunque todavía no lo sabía, el otro sólo podía darle aquello que tenía y le correspondía por su posición, aun queriéndolo dar todo y amando plenamente, pues una pareja es una relación entre adultos, fundada en la igualdad de rango, el intercambio equilibrado y la sexualidad.

En cierto momento de su vida, esta persona tuvo un hijo, y su desazón se volvió más dulce y esperanzadora, más atemperada.

Entonces, la pregunta regresó:

—¿Será este hijo que espero, tan bien amado, quien tiene las monedas que merezco, que necesito y me corresponden y que no tomé de mis padres porque no supieron dármelas de la manera justa y conveniente? ¿Será este ser el que tiene aquello que merezco?

Cuando se contestó de nuevo que sí fue maravilloso, formidable, y empezó a sentir un vínculo especial con aquel hijo, un vínculo asombroso, muy estrecho, lleno de expectativas y anhelos. De manera inconsciente, la persona estaba convencida de que el hijo tenía las monedas que necesitaba y no tardaría en dárselas.

Pero pasó el tiempo, y el hijo, como la mayoría de los hijos, deseó tener una vida propia y poner en práctica sus propósitos de vida independientes. Amaba a sus padres y deseaba hacer lo mejor para ellos, pero la presión de tener vida propia le resultaba exigente, imperiosa y tan arrolladora como la sexualidad.

Así, la persona comprendió un día que tampoco el hijo tenía las monedas que necesitaba, merecía y le correspondían.

Sintiéndose más vacía, huérfana y desorientada que nunca, entró en crisis. Enfermó. Estaba en la fase media de la vida y se encontró con que ningún argumento la sostenía ya, ninguna razón la calmaba. Sintió en su interior un catacrac y gritó:

—¡AYUDA!

¡Había tanta urgencia en su tono de voz! ¡Su rostro estaba tan desencajado! Nada la calmaba, nada podía sostenerla.

qué hizo?

Fue a ver a un terapeuta.

El terapeuta la recibió pronto, la miró profunda y pausadamente y le dijo:

—Yo no tengo las monedas.

El terapeuta vio en sus ojos que aquella persona seguía buscando las monedas en el lugar equivocado y que, en el fondo, deseaba equivocarse de nuevo. Sabía que las personas quieren cambiar, pero también que les cuesta dar su brazo a torcer, no tanto por dignidad, sino por tozudez y por costumbre.

Pero el terapeuta, que sabía que no tenía en sus manos las monedas, pensó: “Amo y respeto mejor a mis pacientes cuando también puedo hacerlo con sus padres y con su realidad tal como es. Los ayudo cuando soy amigo de las monedas que les tocan, sean las que sean”. En realidad, aquel terapeuta ya había visto a muchas personas en situaciones similares y sabía que el paciente, y el niño que sigue viviendo en su interior, continúan amando profundamente a sus padres y les guarda lealtad, aunque el escozor de las heridas u otras causas le impidan tomar sus monedas. Es que, en las profundidades del alma, aunque el hijo rechace a sus padres, también se identifica con ellos. Y, cuando no puede tomarlos y quererlos, tampoco logra quererse a sí mismo. Por eso, su enfoque es el amor a todo y a todos.

En aquella primera visita, el terapeuta añadió: “O no tengo las monedas, pero sé dónde están y podemos trabajar juntos para que también tú descubras dónde están, cómo ir hacia ellas y tomarlas”.

Entonces el terapeuta trabajó con la persona y le enseñó que durante muchos años había tenido un problema de visión, un problema óptico, un problema de perspectiva. Había tenido dificultades para ver claramente. Sólo eso.

El terapeuta le ayudó a reenfocar y a modular su mirada, a percibir la realidad de otra manera, desde una perspectiva más clara, más centrada y más abierta a los propósitos de la vida. Una manera menos dependiente de los deseos personales del pequeño yo que siempre trata de gobernarnos.

Un día, mientras esperaba a su paciente, el terapeuta pensó que había llegado el momento de decirle, por fin y claramente, dónde estaban las monedas. Y ese mismo día, como por arte de birlibirloque, llegó el paciente con otro color de piel. Las facciones de su rostro se habían suavizado. Y dijo:

—Sé donde están las monedas. Siguen con mis padres.

Primero sollozó, luego lloró abiertamente.

Después surgió el alivio, la paz y la sensación de calor en el pecho. ¡Por fin!

Entonces se dirigió de nuevo, como años atrás, hacia la casa de sus padres. Cuando llegó, los miró a los ojos y les dijo:

—Durante todos estos años he tenido un problema de visión, un asunto óptico. No veía claramente. Y lo siento. Ahora puedo ver y vengo a deciros que aquellas monedas que recibí de vosotros en sueños son las mejores monedas posibles para mí. Son suficientes y son las monedas que me corresponden. Son las monedas que merezco y las adecuadas para que pueda seguir. Vengo a daros las gracias. Las tomo con gusto, porque vienen de vosotros y con ellas puedo seguir andando mi propio camino.

Entonces los padres, que como todos los padres se engrandecen a través del reconocimiento de sus hijos, volvieron a florecer, y el amor y la generosidad fluyeron de nuevo en ellos con facilidad. El hijo volvía a ser plenamente hijo porque podía tomarlos.

Los padres le miraron sonrientes, con ternura, y contestaron:

—Eres un buen hijo. Puedes quedarte con todas las monedas, pues te pertenecen. Puedes gastarlas como tú quieras y no es necesario que nos las devuelvas. Son tu legado, único y personal, para ti. Puedes tener una vida plena.

Entonces el hijo se sintió también grande y pleno. Se percibió completo y rico y pudo por fin dejar la casa de los padres en paz. A medida que se alejaba, sintió sus pies firmes pisando el suelo con fuerza, su cuerpo también asentado en la tierra y sus ojos mirando hacia un camino claro y un horizonte esperanzador.

Sintió también algo extraño: había perdido la fuerza impetuosa que se nutría del resentimiento, del victimismo o del exceso de conformidad, pero ahora tenía una fuerza simple y tranquila, una fuerza natural.

Recorriendo el camino del resto de su vida, encontró con frecuencia otras personas con las que caminó lado a lado, como acompañantes, durante un trecho, a veces largo, a veces corto, otras, para siempre. Socios, amigos, parejas, vecinos, compañeros, colaboradores, incluso adversarios.

En general, su camino era sereno, gozoso, en sintonía con su espíritu y con su naturaleza personal. Tampoco estuvo exento de los pesares naturales que la vida impone, pero sentía que aquel sí era el camino de su vida.

Un día se acercó a la persona de la que se había enamorado pensando que tenía las monedas y le dijo:

—Durante mucho tiempo he tenido un problema de visión y ahora que veo claro te digo: Lo siento, fue demasiado lo que esperé. Fueron demasiadas mis expectativas, y sé que esto fue una carga demasiado grande para ti y ahora lo asumo. Me doy cuenta y te libero. Así, el amor que nos tuvimos puede seguir fluyendo. Gracias. Ahora tengo mis propias monedas.

Otro día fue a su hijo y le dijo:

—Puedes tomar todas las monedas de mí, porque yo soy una persona rica y completa. Ahora ya he tomado las mías de mis padres.

Entonces el hijo se tranquilizó y se hizo pequeño respecto a él. Y se sintió libre para seguir su propio camino y tomar sus propias monedas.

Al final de su largo camino, un día la persona se detuvo a repasar la vida vivida, lo amado y lo sufrido, lo construido y lo maltrecho. A todo y a todos logró darles un buen lugar en su alma. Los acogió con dulzura y pensó:

—Todo tiene su momento en el vivir: el momento de llegar, el momento de permanecer y el momento de partir. Una mitad de la vida es para subir la montaña y gritar a los cuatro vientos: “¡Existo!”. La otra mitad

es para el descenso hacia la luminosa nada, donde todo es desprenderse, alegrarse y celebrar. La vida tiene sus asuntos y sus ritmos sin dejar de ser el sueño que soñamos.³⁵

Entrevistas:

ELECTRA: mi papá, es que tuvo un problema, él tenía otra familia, ya tiene tiempo, pero yo le agarre un resentimiento, así muy fuerte y desde la playa, siempre y siempre, siempre, siempre le echaba la culpa

ATENEA: ...te voy a ser sincera (se ríe), mi mamá me pegaba mucho, mucho, muchísimo, bueno a todos nos pegaba y tomaba mucho ella, tomaba mucho, me pegaba mucho, dejo a mi papá, metió a hombres a la casa, entonces que diga todos tenemos muy bellos recuerdos ¡No!, entonces yo como que si siento un tantito así como rencorcillo, aja...

Qué significa tomar las monedas?

Tomar las monedas significa tomarlo todo. Todo exactamente como fue, sin añadir ni quitar nada, incluyendo lo dulce y lo cruel, lo alegre y lo triste, lo ligero y lo pesado. Todo. Por la simple razón de que esa es nuestra herencia y el conjunto de experiencias vividas que nos constituyen.

Las monedas también pueden incluir abusos, hechos dolorosos o terribles y brutales. Tomar las monedas conlleva tomar también aquello que nos hirió, aquello que lastimó la inocencia y la belleza natural del niño.

Es posible, aunque resulte difícil, decir sí a todo lo que nos llega a través de nuestros padres, sin añadir ni quitar nada. Podemos tomarlo tal y como nos ha llegado, con todas sus consecuencias, sin dejar de seguir nuestro propio camino, cumpliendo con el trayecto personal y teniendo el coraje de transformar los pesares en recursos.

Si tan difícil nos resulta tomar las monedas es porque no sabemos qué hacer con el dolor, no sabemos cómo manejarnos con nuestros sentimientos heridos ni con nuestras turbulencias emocionales. Así, cerramos los ojos y el corazón y nos inventamos un mundo soportable que nos permita seguir adelante.

³⁵ Garriga Bacardí Joan “ Dónde están las monedas? Sanar las relaciones entre padres e hijos”, editorial Gaia, Argentina 2009, pp. 8-19

Muchas tradiciones, y concretamente las tablas de Moisés, imponen el mandamiento de “honrar a los padres”, conscientes de su poder liberador y del bienestar que aporta a las personas. Pero a este lugar se llega tras un arduo proceso interior. En realidad, no se puede fabricar como un mandamiento ni erigirse en imposición ficticia.

Las tradiciones señalan con el dedo sabio la ruta adecuada para alcanzar este lugar y, si tiene sentido para nosotros, debemos recorrerla. Si decidimos hacerlo, ahí comienza todo un proceso.

Por eso, muchos abordajes psicoterapéuticos, mientras buscan soluciones a los problemas de las personas, se plantean un objetivo integrador, unas veces explícito y otras implícito: restaurar el amor hacia nuestros padres, recuperar el movimiento amoroso natural y espontáneo que sentía el niño hacia sus progenitores. Las personas que avanzan en este proceso suelen sentirse más íntegras, congruentes y amorosas. Mejoran en sus relaciones personales y afectivas, ganan madurez, serenidad y sobre todo autoestima. Se alinean con el misterioso fluir de la vida con más fuerza.³⁶

El poner este cuento en esta tesis es para poder retomar aquello que hemos vivido, lo que hemos juzgado de nuestros padres y como los tenemos en nuestro interior, si los aceptamos o no con todo lo que son, en toda la tesis se explico la importancia de estar en armonia con ellos, a pesar de las cosas vividas, este libro es un claro ejemplo de que debemos reconciliarnos con nuestro origen sin importar los errores que se hayan tenido, pues entonces le haremos entender al cuerpo que no tiene la necesidad de seguir defendiendose, deteniendo así el lupus que como se explico se construye a partir de algun agravio, entonces en los sucesos importantes de violaciones se sigue el mismo principio, perdonar y hacerle ver al cuerpo que no esta ya en riesgo, esto lo haremos solamente soltando aquello que nos sigue hiriendo y lastimando, llorarlo si es necesario, sacarlo, que no se quede en el cuerpo, liberar todos esos reclamos, esos sentimientos, ir otra vez a esa relacion de humanidad con los demas, para que asi el cuerpo pueda entender que no todas las personas buscan hacerle daño, solo asi lograremos modificar esos códigos que hay en el cuerpo y abrir nuevos códigos que ayuden a preservar la vida sin ponerla en riesgo.

³⁶ *Ibidem* 21-23.

La vida es algo que atraviesa a todo ser humano, sea del país que sea y tenga la bandera que tenga, tenemos 5 emociones principales en el cuerpo las cuales son reguladas por un órgano y éste mismo es el que se va degenerando y degenerando a los demás órganos, cuando empezamos a tener un uso excesivo de ellos ya sea con emoción, alimentación, etcetera, en la sociedad en la que vivimos se ha alejado el ser humano de la tierra, se ha perdido mucho del vínculo que tenían nuestros antepasados, el respeto que se le daba a todo ser viviente que nos rodeaba, nos creemos seres superiores a las demás especies que habitan el planeta y creemos en nuestro ego que podemos dominar todo, explotar los recursos y que somos dueños de la madre que nos cobija, hay una desarticulación no solo con el exterior si no también al interior del cuerpo, nuestra visión está fragmentada, separamos todo lo que hay en nosotros mismos y en los demás, así que la segunda parte de la propuesta radica en ir de nuevo al cuerpo, unir y articular todo otra vez, la reconciliación con nuestro origen que es papá y mamá pues ellos nos dieron la vida y nosotros la tomamos, ir a la madre tierra que es la mamá de nosotros, la mamá de nuestros padres y de nuestros abuelos y de toda la especie viviente en este planeta, volvernos a unir a ella, sembrar un árbol, ofrecerle cosas a la tierra en agradecimiento de lo que nos da y valorarlo, valorar nuestro plato a la hora de la comida, respetar el trabajo que costó que ese alimento estuviera allí, ser agradecidos cuando despertamos y cuando terminamos un día, una jornada de trabajo, un día con sol o con lluvia, sin quejarnos de todo lo que ocurre en la naturaleza y a nuestro alrededor, ir a nuestro cuerpo y agradecerle por permitirnos respirar, a nuestro corazón agradecerle por seguir latiendo, a nuestros pies por permitirnos caminar, a nuestros ojos por dejarnos ver, volver al interior significa conocerme, conocer quien realmente soy y no quién me dijeron que era, así que perdonarnos a nosotros mismos es una parte vital para revertir el proceso de lupus eritematoso sistémico, ser inclusivos, incluir nuevos sabores a nuestra vida, nuevas personas, quejarnos menos y agradecer más, hacer migas, volver al origen y a la reconciliación con la vida.

- Reconciliación papá y mamá (Y sanar las relaciones humanas)
- Reconciliación con nuestro cuerpo (cuidarlo, valorarlo, respetarlo, escucharlo)
- Reconciliación con la Tierra (Sembrar un árbol y cuidarlo).

REFERENCIAS

- ☛ Cervera Ricard, Avances en Lupus eritematoso sistémico, Barcelona, España, 2008
- ☛ Farreras Rozman, (Medicina Interna Vol. 1, 2009)
- ☛ Fritjof Capra, El punto crucial ciencia, sociedad y cultura naciente, Buenos Aires, Argentina, Editorial Troquel S. A., 1992.
- ☛ Garriga Bacardí Joan ¿Dónde están las monedas? Sanar las relaciones entre padres e hijos, editorial Gaia, Argentina 2009
- ☛ González Castañeda Isabel, La construcción de la violencia en la pareja, tesis de licenciatura, Dir. Irma Herrera Obregón.
- ☛ Gutiérrez Carmen Martínez, et al; Lupus Eritematoso Sistémico para médicos de atención primaria, Universidad de Oviedo, 2006
- ☛ Herrera Obregón Irma, Chaparro Aguilera Gerardo Abel, Una aproximación al proceso órgano –emoción 2, CEAPAC, México 2010.
- ☛ <http://mitves.com/el-mundo-entero-celebra-esta-noticia-descubren-la-cura-para-el-lupus/>
- ☛ <http://www.taichi.org.mx/que-es-el-tai-chi-chuan/>
- ☛ López Ramos Sergio, El cuerpo humano y sus vericuetos, Editorial Miguel Ángel Porrúa, México 2006.
- ☛ López Ramos Sergio, La construcción de lo corporal y la salud emocional, Editorial los Reyes México 2013.
- ☛ López Ramos Sergio, Lo corporal y lo psicosomático, Aproximaciones y reflexiones VII, CEAPAC, México 2011.
- ☛ López Ramos Sergio, metodología del aprendizaje por medio del cuerpo, Universidad Nacional Autónoma de México, México 2014.
- ☛ López Ramos Sergio, Para ser maestro hay que ser discípulo, Editorial Los Reyes, México 2013.
- ☛ López Ramos Sergio, Zen, acupuntura y psicología, Editorial CEAPAC, México 1997

- ☛ Molina R. Jose Fernando et al, Lupus Eritematoso manual práctico para médicos y pacientes, Colombia, 2000.
- ☛ Obra recopilada por: Instituto de la medicina tradicional china de Beijing, y otras, Fundamentos de acupuntura y moxibustión de china, Editorial del Instituto Latinoamericano de Medicina Oriental, China Beijing, 1990.
- ☛ Ohashi Wataru con Tom Monte, Cómo leer el cuerpo manual de diagnosis oriental, Ediciones Urano, Argentina
- ☛ Reid Daniel, le Tao de la Salud el Sexo y la larga vida, Ediciones Urano, Taiwán Octubre 1988
- ☛ Solís Flores Arcelia Lourdes, obesidad construcción social de un cuerpo, CEAPAC, México 2007.
- ☛ Van Eersel Patrice, Maillard Catherine, Me pesan mis ancestros la psicogenealogía hoy, CEAPAC, México, 2004
- ☛ Vargas Sierra a rmen e cilia, Giraldo Paérez Mónica, “ o nstelaciones Familiares” Fundamentación sistémica de Bert Hellinger, Editoria Ltda, Colombia 2012