



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“Construcción afectiva en la violencia: análisis de caso”.

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Claudia Ivette Rosas Espinosa

Director:

Dr. **Sergio López Ramos**

Dictaminadores:

Lic. **Irma Herrera Obregón**

Lic. **Arcelia Lourdes Solís Flores**



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

A mis padres, Arturo Rosas Ponce y Gabriela Espinosa Alfaro, por darme la vida estoy más que agradecida, gracias por el apoyo incondicional, por sus palabras de apoyo y de consuelo, y por creer en mí.

A mis hermanos Daniel Arturo Rosas Espinosa y Moisés Rosas Espinosa y a mis hermanas Iliana Gabriela Rosas Espinosa, Aglael Nalleli Rosas Espinosa y Laura Itzel Rosas Espinosa, por sus grandes enseñanzas y su enorme paciencia.

A mi grande amor Alfonso Bocanegra Binaghi, por enseñarme otra visión del amor, por ser mi compañero de vida.

Sobre todo al doctor Sergio López Ramos por mostrarme el camino a una vida mejor, por enseñarme que el cuerpo es más que una máquina para movernos. Mi enorme agradecimiento a usted por ser más que mi asesor, por ser mi amigo, mi confidente y sobre todo mi guía.

A las maestras Arcelia Lourdes e Irma Herrera, por sus múltiples consejos y enseñanzas.

Y para finalizar agradezco enormemente a la participante M.E., por el valor de participar y contar su historia, por permitirme entrar en su vida, muchas gracias a esta enorme guerrera.

Índice

	Página
RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN	7
I. EL NACIMIENTO DE LA VIOLENCIA	10
1.1 El machismo.....	13
1.2 La mujer tradicional de México.....	16
II. CLASIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA	19
2.1 Violencia física	19
2.2 Violencia económica	20
2.3 Violencia sexual.....	21
2.4 Violencia psicológica.....	21
2.5 Violencia intrafamiliar	22
2.6 Violencia de género.....	25
III. PROPUESTA PSICOSOMÁTICA.....	28
3.1 Las emociones.....	31
3.2 Carencia afectiva.....	33
3.3 Metodología	36
3.4 Método.....	37
3.5 Sujetos.....	38
3.6 Materiales.....	38
3.7 Instrumento	38
3.8 Procedimiento	38
3.9 Análisis de la historia de vida	39
CONCLUSIONES	60

Bibliografía.....	66
Anexos	70

RESUMEN

La violencia hoy en día ha ido incrementando visiblemente y no solo en las mujeres sino que el país se encuentra inmerso en esta cultura. Las mujeres que la sufren en sus relaciones amorosas, a menudo no se dan cuenta que este tipo de degradaciones hacia su persona y/o cuerpo trae consigo graves consecuencias.

En psicología se ha investigado mucho acerca de este tema pero muchas investigaciones solo hablan de las consecuencias psicológicas y físicas dejando en segundo plano a las emociones y sus consecuencias en el cuerpo humano; por lo tanto nace la necesidad de explicar cómo se construye el cuerpo y el afecto de una persona víctima de violencia desde la perspectiva psicosomática.

Por ende este trabajo se compone de 3 capítulos. El capítulo I, se presenta la definición y los componentes explicando cómo nace y cómo se construye la violencia, así como la cultura del machismo y nos adentra al papel de la mujer tradicional de México. En el capítulo II, se describen los tipos de violencia y qué se entiende por violencia de género. Y el capítulo III, nos explica que son las emociones y la carencia afectiva desde la perspectiva psicosomática, así mismo los factores que se toman teniendo como base la teoría de los 5 elementos en donde a partir de la historia de vida, se analizó la entrevista de la participante y se encontró la relación de la violencia física, psicológica, sexual, económica y de género con su alimentación, sus emociones, entre otras categorías. Al analizar dichas categorías es cómo podemos corroborar la construcción corporal y afectiva de la participante.

INTRODUCCIÓN

*A veces la decisión de ahora,
que parece salvarnos,
es la que nos tortura años después.
Sergio López Ramos*

A lo largo de la vida, lo que más deseamos y los que más nos daña es el amor, teniendo a veces por consecuentes a los apegos y al desamor, vivimos la mayor parte de nuestra vida tratando de buscar esa media naranja que nos complementa. Llenándonos de expectativas cada vez más altas.

Abelino y Monroy (2013) señala que cuando los seres humanos se encuentran en estado de enamoramiento hay tendencia a idealizar al sujeto de amor. Por lo que se carga a dicho sujeto de grandes expectativas en función de las necesidades propias. Jóvenes y adultos depositan ideales en relación a sus propias necesidades afectivas como lo son, las de cuidado, de protección, de amor, de fortaleza, de apoyo, etc. Por ende se consideran dos tipos de amor, el amor subjetivo se caracteriza por querer al otro de manera sumisa y obediente, quiere torturar, quiere que el otro sufra pero eso sí sin que el otro llegue a ser un esclavo, sino un masoquista. Solo así el torturador cree que el masoquista está amando a base del sufrimiento. Por otro lado el amor objetivo es simple, sin ataduras, en la dirección del otro, es una total apertura del ser.

Por consecuente al estar sumergido el ser humano en esta búsqueda olvida de lo que realmente quiere, y de lo que realmente es la otra persona, ahí empieza el sufrimiento, a querer dominar al otro a base de las idiosincrasias. Por lo que en la posmodernidad el amor se vuelve subjetivo, es decir no queremos a la otra persona sino que solo la idealizamos, la sometemos a nuestras necesidades carnales y/o emocionales.

Por otro lado la manera de pensar de los humanos es un problema crucial hoy en día, la mayoría de estos individuos quieren buscar la razón a todos los eventos y cosas que pasan a su alrededor, el porqué de las cosas, y por qué motivos pasan, un pensamiento moderno y retrograda al mismo tiempo, el pensamiento de Descartes, es decir, se caracterizó por revolucionar el pensamiento, Descartes se dedicó a buscar la verdad y la información que está en nuestro alrededor es percibida por los sentidos. Por consecuente en el método científico, todo debe ser comprobado, y este a su vez se debe poder replicar, un método objetivo que se profundiza en el conocimiento; se caracteriza en desmenuzar las dificultades en cuantas partes sea posible para poder obtener una solución, llamado como la duda metódica. Esta forma de pensar y de ser hoy en día puede llevar a un escepticismo en la vida porque sólo aceptamos como verdad lo que es demostrable y podemos entender objetivamente. Aquí es donde nacen los problemas con nosotros mismos porque no podemos comprender, por ejemplo, las religiones, la espiritualidad, el arte, la literatura, los sentimientos y las emociones de las personas. Es decir, que la búsqueda de la verdad de nuestra vida no sólo se encuentra en el conocimiento intelectual también hay otras facetas importantes y menos racionales de las personas y de la vida, que no se pueden conocer sólo con el método objetivo de Descartes, porque no se pueden estudiar con razonamientos matemáticos.

El individuo interpreta las situaciones a través de su sistema de conocimiento y de valores. Ellos mismos crean la realidad del mundo conforme a su racionalidad, es decir, en su mente ya sucedió y por ende la emoción ya nació.

Las emociones o los sentimientos no son solo fisiológicos y psicológicos, suelen nacer de una evaluación de un acontecimiento. Las personas requieren en todo momento ser reconocidas por medio de la atención y del afecto, como un ser existente para poder plantearse como sujeto (Le Breton, 1998). El lenguaje y sobre todo el lenguaje no verbal es el mediador de las relaciones que

establecemos con los otros, donde los gestos, las posturas, la distancia con el otro, la manera de tocarlo o evitarlo al hablarle, y las miradas son las materias que nos ayudan a darle significado a la relación. Los movimientos de la otra persona son los que nos van ayudar a comprender o a suponer lo que nos quiere transmitir (Le Breton, 1998).

I. EL NACIMIENTO DE LA VIOLENCIA

*Los amores son como los imperios:
cuando desaparece la idea sobre
la cual han sido contruidos,
perecen ellos también.*

La insoportable levedad del ser, Milan Kundera.

En la historia de la violencia en el cuerpo y en el alma, datan desde la época de la tortura, la cual conocemos como la “calidad de tuerto”.

Según la Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes en el Artículo 1, la tortura es:

Todo acto por el cual se inflija intencionalmente a una persona dolores o sufrimientos graves, ya sean físicos o mentales, con el fin de obtener de ella o de un tercero información o una confesión, de castigarla por un acto que haya cometido, o se sospeche que ha cometido, o de intimidar o coaccionar a esa persona o a otras, o por cualquier razón basada en cualquier tipo de discriminación, cuando dichos dolores o sufrimientos sean afligidos por un funcionario público u otra persona en el ejercicio de funciones públicas, a instigación suya, o con su consentimiento o aquiescencia. No se considerarán torturas los dolores o sufrimientos que sean consecuencia únicamente de sanciones legítimas, o que sean inherentes o incidentales a éstas.

La tortura es una práctica que se ha aplicado durante miles de años, por lo que la mayoría de los países la han declarado ilegal; en Escocia fue declarada en 1708; seguida por Prusia en 1740; Dinamarca en 1771, España en 1790, Francia en 1798 y Rusia en 1801.

Por otra parte la tortura, es el ejercicio de una violencia absoluta sobre otro, impotente para defenderse, es sometido por entero a su verdugo. La tortura

traduce a veces una voluntad pura de aniquilación del otro, martirizándolo, en su deseo y reduciéndolo a objeto. La imposición del dolor y la humillación persigue la lógica de eclipsar a la víctima. La empresa sobre los cuerpos es una empresa sobre el hombre, sobre su condición, sus valores más queridos (Rosemberg, 2011).

La tortura no se satisface con arrancar una confesión o herir, le procura a torturador el goce de tener a su merced a la víctima, de ejercer dominio absoluto sobre su cuerpo, su intimidad, y dignidad.

El torturado está bajo el imperio del dolor y el horror, ignora si la tortura cesara mañana o pasado mañana o dentro de unos minutos, es decir, la incertidumbre persigue a la víctima todo el tiempo. Es decir, la tortura provoca la implosión del sentimiento de identidad, la fractura de la personalidad que amenaza a veces al torturador el éxito de sus maniobras: denuncia, renuncia, traición, locura o elección deliberada de la muerte. Si el individuo sobrevive a lo insostenible, la experiencia no lo dejará indemne, aunque las cicatrices son sobre todo interiores (Rosemberg, 2011).

Las secuelas de la tortura dejan dolores perdurables hasta después de su liberación: dientes rotos, miembros rotos o mutilados, uñas arrancadas, hematomas, que maduras, lesiones internas, inflamaciones, etc., que alimentan los dolores y quedan como problemas funcionales. El problema no es nada más la cura física sino también la restauración de un sentimiento de identidad profundamente alterado como señala Rosemberg (2011), “el dolor infligido de esa manera abre una brecha entre el sí mismo y el mundo. Un largo aprendizaje es necesario para reconstruir la confianza y la seguridad (p. 368)”.

La tortura es destructiva y deshonrosa así mismo; amenazas, insultos, privación del sueño, de vestimenta, de comida, mantenimiento de posturas corporales incómodas, exposición al frío o al calor. En donde los objetos

domésticos ordinarios son utilizados violentamente contra la víctima. Como lo menciona Ernesto Sábato en Rosemberg (2011).

Porque la memoria es lo que resiste a tiempo y a sus poderes de destrucción, y es algo así como la forma que la eternidad puede asumir en ese incesante tránsito. Y aunque nosotros (nuestra conciencia, nuestros sentimientos, nuestra dura experiencia) hayamos ido cambiando con los años; y también nuestra piel y nuestras arrugas van convirtiéndose en prueba y testimonio de ese tránsito, hay algo en el ser humano, allá muy dentro, allá en regiones muy oscuras, aferrando con uñas y dientes a la infancia y al pasado, a la raza y a la tierra, a la tradición y a los sueños, que parece resistir a ese trágico proceso resguardando la eternidad del alma en la pequeñez de un ruego (p. 369).

Así como la tortura el capitalismo juega un papel importante en la violencia, este empieza con la revolución industrial en el siglo XVIII, es decir, se empezaron a forjar mecanismos de vigilancia y disciplina que permitieron la aparición de formas de producción, se imponía al cuerpo a una nueva característica: disciplinarlo a unos horarios y a una rutina preestablecida, para el buen funcionamiento de una sociedad fabril.

Vemos crecer en el ejército, los colegios, los talleres, las escuelas, toda una domesticación del cuerpo, que es la domesticación del cuerpo útil. Se ponen a punto nuevos procedimientos de vigilancia, de control, de distribución del espacio, de notación, etc. Existe toda una investidura del cuerpo por mecanismos de poder que procuran hacerlo al mismo tiempo dócil y útil (Foucault, 1975, en Gil y Lloret, 2007: 26).

Se constituyen las ama de casa, con la principal función de proveer y vigilar al obrero (marido), a los futuros obreros y futuras amas de casas (hijos e hijas) para el correcto funcionamiento, es decir, las mujeres adquirirían el papel de vigilantes

donde ellas establecían los horarios del desayuno, comida y cena para el buen funcionamiento de los maridos en la sociedad fabril.

Es con base a esto que se institucionalizó la familia nuclear: el hombre es proveedor, cabeza de la familia, el ganador del pan, y la mujer es la responsable del cuidado de los hijos, ser una madre amorosa, tener un cuidado material, atender las necesidades afectivas del hombre así como anticipar los conflictos (Gil y Lloret, 2007).

Por consiguiente en el capitalismo nace la violencia patriarcal, donde la sociedad está dominada por los hombres dando lugar a mujeres subordinadas y tratadas como posesiones u objetos (Gil y Lloret, 2007).

Así mismo la cultura juega un papel importante en la violencia, Triandis (1994) define a la cultura, como el conjunto de elementos subjetivos (normas, valores, roles, categorizaciones) y objetivos (herramientas, objetos, etc.) hechos por el ser humano, que en el pasado incrementaron la probabilidad de sobrevivir y, que fueron transmitidos de generación en generación a través de un lenguaje común, además de que vivían en el mismo lugar y en el mismo tiempo, en donde existen elementos universalmente compartidos y elementos específicos que permiten la cultura sea el rasgo más significativo de una sociedad y, también, es el elemento de mayor fuerza dentro de los contextos sociales que permean la conducta humana (Gil & Lloret, 2007). La cultura que hoy en día rige a nuestro país es y seguirá siendo el machismo, caracterizado por someter y humillar a la mujer.

1.1 El machismo

El machismo de México tiene sus raíces en la época de la Conquista, el destructivo choque entre la cultura española y la cultura indígena. Las mujeres indígenas fueron incorporadas de manera forzada a una cultura totalmente

diferente, se les veía como unas simples sirvientas, esclavas o posesiones de los conquistadores (Navarro, 2004). Nace la raza mestiza, la mezcla de los indígenas con los españoles, los hombres mestizos productos de estas uniones, rechazan a los padres y sienten intenso afecto hacia la madre. Sintiendo obligados a demostrar que ellos son muy hombres, como su progenitor, imitando el predominio social la cuál es la hombría del padre, llegando a exagerar lo masculino.

En la época de las haciendas, las mujeres estaban subordinadas a los hombres. Actualmente este tipo de actividad se ve en los hogares de nuestro país. Esto lo podemos ver a menudo en las telenovelas mexicanas, se muestra a una mujer sufrida y sumisa ante el hombre, que supuestamente es el amor de su vida.

En sus relaciones con las mujeres, los hombres machistas exhiben prepotencia sexual, narcisismo, agresividad, frialdad y absoluto dominio. Por tradición, a los varones mexicanos se les propone el modelo psicosocial de machos abusivos y conquistadores. Quienes lo adoptan exageran su hostilidad, dureza e intransigencia frente a los demás hombres. Al contrario de las mujeres a los cuales se les adopta el papel de las “sufridas”, es decir, de una mujer abnegada, abandonada, de la malquerida, etc. Los padres moldean a las niñas para la sumisión, la dependencia, el conformismo, la timidez y la escasa iniciativa. Por ende las niñas llegan a pensar que son inferiores a los hombres, y ellos son los únicos que pueden pensar, decidir y ejercer la mayoría de las profesiones. Teniendo como consecuente que solo con ellos se sientan protegidas ya sea con el padre, esposo, hijo, o hermano, en vez de sentirse seguras con ellas mismas.

En la familia se entrena a la mujer para ver al padre como el centro de atención, se sometan y obedezcan sin protestar. Deben de querer a la figura paterna a pesar de todo. Así mismo deben de pedir permiso a su padre y más adelante al marido, para salir de la casa, gastar dinero, etc. Se les enseña a “trabajar” en la casa desde niñas: limpiar, barrer, cocinar, lavar y planchar. Deben

siempre estar limpias y presentables. La misión de estas mujeres es servirles a los demás, para eso se les educa (Navarro, 2004).

Un ejemplo claro es la situación de las mujeres indígenas en Morelos, Oaxaca y Chiapas, los padres venden a las niñas de 12 o 13 años a los hombres que se convertirán en sus esposos. Navarro (2004), relata que en la mujer indígena su principal misión es la de parir hasta tener los hijos suficientes que permitan a la familia funcionar en términos de la lógica campesina. Es decir, ser una mujer indígena significa nacer desnutrida, comenzar a trabajar desde los 4 años en las labores domésticas, cuidar a los hermanos, abandonar la escuela, embarazarse, distinguir apenas entre sexualidad y reproducción, carecer de control sobre su cuerpo y tener alto riesgo de maltrato en sus relaciones de pareja.

Las mujeres ya estando casadas les es imposible salir de casa o si lo hace deben de estar allí antes de que regrese su pareja. Además de que no es “decente” que una mujer manifieste sus preferencias sexuales, al único que deben de satisfacer es a su marido, ya que se exponen a que el marido busque a otra si se les niega dicho “derecho”. Por consiguiente la mayoría de estas mujeres no logran una identidad personal con valores y opiniones propias, sino que se identifican con su pareja y se adaptan a las necesidades de la relación marital, preocupándose más por el bienestar del hombre y dependiendo de las reacciones hacia ellas. La mujer se encarga de atender las demandas sexuales de su pareja (aunque nunca llegue al orgasmo) y de que su marido coma bien y conserve el mejor aspecto posible. También se le encarga de mantener la comunicación en la familia, debe de aceptar infidelidades de su pareja sin quejarse ni protestar, pero eso si está obligada a guardar fidelidad absoluta.

A diferencia de los mujeres los hombres tiene la libertad de poder pasar el fin de semana con los amigos y amigas, pueden tener una o varias amantes, algunos incluso tienen hijos con diferentes mujeres como demostración pública de su virilidad, el hombre machista no tolera siquiera que su pareja se ponga encima de

él para hacer el amor, en caso de que ella se mueva libre y sensualmente, le entra la duda de dónde y con quién lo aprendió (Navarro, 2004).

Las características de un macho son muy comunes y muy visibles una de ellas es que no puede llorar nunca, desde niño aprenden a pelear y maldecir, siempre están compitiendo y tratan de ganar. Dentro de la casa ellos no cocinan ni limpian ni están al cuidado de los hijos.

Tienden a mostrar poco cariño hacia su mujer y sus hijos más pequeños pero a nadie más. El trato hacia las mujeres está matizado por un afán de conquista sexual, como prueba de su virilidad, prácticamente se limita al intercambio sexual.

Unas de las principales consecuencias del machismo es la falta de apoyo en la pareja, es decir, no existe una igualdad para ser felices, complementarse y acompañarse en la vida. “Ambos se lastiman diariamente y viven deprimidos, resentidos, desilusionados e insatisfechos; casi no tienen sentimientos espontáneos y pensamientos propios: solamente se permiten aquellos que les asignaron desde su niñez (Navarro, 2004, p. 21)”.

En conclusión el machismo no solo está aquí en México sino que este es global, por ejemplo, los extranjeros vienen a México a conseguir mujeres mexicanas ya que estas están amaestradas para ser complacientes, son aptas para el servicio doméstico, tolerantes, calladas, sumisas y buenas madres. Así mismo la salud emocional y psicológica de las mujeres está afectada, se les priva de la alegría, del placer y del entusiasmo, donde la mujer vive sometida, deprimida y resentida. A lo que da un aumento a la violencia contra las mujeres.

1.2 La mujer tradicional de México

Para poder establecer una familia aquí en México el ser humano debe de dar varios pasos uno de ellos y en el cual nos centraremos es el desprendimiento, hoy en día muchos de los jóvenes que terminan alguna licenciatura no se encuentran

en condiciones económicas para poder ser autónomos, por lo que aún son dependientes de los padres.

Estas demoras en el desprendimiento dan como resultado retrasos en la formación de la pareja, así como en la individualidad del sujeto, dado que las mujeres deben esperarse hasta los 30 años.

En la actualidad muchas familias tienen como centro a una mujer que trabaja. Este nuevo fenómeno de la mujer que trabaja está cuestionando el tradicional núcleo familiar conyugal, constituido por mamá, papá e hijos.

La mujer que trabaja enfrenta ahora, como lo explica Velazco (2004), una triple exigencia; por un lado deben de trabajar y tener éxito profesionalmente, segundo deben ser amas de casa y tercero ser buenas madres.

En el pasado existía el modelo de la mujer sumisa aquella mujer que solo vivía por sus hijos y para ellos, dependiente de manera económica del esposo, esta mujer acumula altos grado de depresión, frustración, futilidad y rabia, sentimientos que expresa de manera desplazada en diferentes ámbitos de la vida de pareja.

Por otra parte existe la mujer narcisista, envidiosa e intolerante, destruye la convivencia con su pareja; ya que proclama la individualidad como una alternativa de vivir acompañada, en consecuencia no será capaz de vincularse emocionalmente y sus relaciones subsecuentes, al no llenar sus demandas de ser amadas como ellas exigen terminaran en rupturas abruptas que le validarán sus deseos de permanecer sola (Velazco, 2004).

La infidelidad es otra características de las relaciones de pareja actualmente en México, antiguamente los varones se sentían orgullos entre amigos por engañar de manera consecuente a su mujer, así mismo era considerado un tema abierto lo de la “casa chica”. Hasta del decenio de 1970, la sociedad mexicana era muy estable en términos conyugales y sus relaciones de pareja, cada integrante

tenía asignado su papel y los jóvenes aspiraban a ser como sus padres (Velazco, 2004).

Las relaciones de pareja en México han cambiado radicalmente desde el modelo de la pareja burguesa, en el siglo XIX, aquel esposo que llegaba del trabajo y esperaba que la comida estuviera servida ya en la mesa y la casa completamente ordenada, este tipo de relaciones se han ido extinguiendo en cambio encontramos que el esposo come afuera con sus colegas del trabajo y cuando llega a casa se dedica a ver la televisión.

El significado del capitalismo en la actualidad se han modificado con el ingreso de las mujeres en el área laboral pero sin descuidar la casa, así mismo se han estructurados modelos nuevos aparte del tradicional, como las familias monoparentales, o las familias con padres o madres del mismo sexo. El capitalismo postindustrial no necesita un obrero vinculado a su lugar del trabajo, sino un trabajador flexible, reciclable, hiper adaptable y con visión a corto plazo. La visión está centrada en el consumo, fomentando una identidad del individualismo. Dicho individualismo ha logrado que las mujeres salgan de la casa a ganarse el pan del día. Entonces, el principal peligro del capitalismo es que sostiene una constelación ideológica sensu stricto “privada de mundo” despojando a la gran mayoría de la población de cualquier cartografía cognitiva significativa.

La mujer del México de hoy y que está avanzando, es aquella que enfrenta y organiza emocionalmente su vida. Aquella que toma decisiones acerca de su vida en ámbitos como lo económico, lo sexual y la profesional. La mujer de hoy desempeña actividades totalmente diferentes como ir al gimnasio o terminar alguna carrera o maestría. Una mujer que desafía a la mujer del pasado: a la mujer sumisa.

II. CLASIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA

*La pareja es como la montaña rusa
te subes, gritas, te emocionas,
y al final terminas vomitándote,
pero ahí vas otra vez...
Película Cilantro y perejil.*

La concepción de la violencia esta vista como relación legítima social y culturalmente, la cual se presenta por la inequidad de género, por diferencias de edad (menores de edad y/o adultos mayores) o por discriminación. Es importante destacar que las personas que han vivido violencia ya sea como víctimas o testigos, tienen mayor probabilidad de reproducir patrones de violencia tanto en la crianza como en sus relaciones de noviazgo, por lo que la atención oportuna a la violencia es una forma de prevención para casos futuros.

Existen diferentes tipos de violencia, la violencia intrafamiliar comprende el acto u omisión, único o repetido, cometido por una persona en contra de otra(s) con quienes se tiene una relación de parentesco incluyendo a la pareja, hijos padres, hermanos, etc. (Secretaría de Salud, 2009). Puede ser cometida en el hogar o fuera del mismo, esta caracteriza por la relación de consanguinidad no el sitio donde ocurre. En la cual se adopta diferentes tipos de violencia: sexual, psicológica, física y económica, las cuales se pueden presentar de manera simultánea.

2.1 Violencia física

La violencia física está asociada con lesiones, sin embargo los empujones, jalones, bofetadas, pellizcos y todo lo relacionado con el castigo corporal sin el consentimiento de la persona.

Una de las formas más comunes sobre el abuso perpetrado en una relación de pareja es el maltrato físico. en muchas ocasiones este tipo de maltrato empieza con una bofetada, continuando un largo tiempo y más frecuentes ocasionando consecuencias irreversibles. Dobash y otros (1985, en Audrey, 2000) constaron en sus estudios que las primeras bofetadas y golpes, causaron cortes y excoiación, dando paso a situaciones como tirar a la mujer al suelo, golpearla y darle puñetazos. En donde las lesiones leves se van convirtiendo en lesiones más graves tales como: quemaduras, fracturas, lesiones internas, intentos de estrangularlas y ahogarlas. Pahl (1985 en Aubrey, 2000) relata que hay pérdida de la visión, rotura de bao, heridas causadas por apuñalamientos y cráneos fracturados. Los instrumentos más comunes utilizados en agresiones son: botellas, cristales, navajas, tijeras, palos, porras y otros objetos contundentes.

2.2 Violencia económica

El maltrato económico consiste en despojar de los bienes materiales o patrimonio familiar a los integrantes del grupo familiar así como negar el dinero para controlar la conducta de algún individuo.

En México se tiene arraigada la cultura de que el hombre administra el dinero que entra al hogar, decidiendo que numero de porcentaje será destinado para las necesidades de la familia; despensa, mandado, transporte, etc. Así mismo se les asigna un gasto el cual debe alcanzar para todo aunque este sea miserable. En muchas ocasiones las mujeres deben dar cuenta de cuánto dinero gastaron al día y por qué motivo así mismo se les retira el dinero o se les niega sino lo usaran para fines domésticos.

2.3 Violencia sexual

Por otra parte la violencia sexual es toda forma de abuso de poder mediante el cual se obliga al otro realizar prácticas sexuales, inclusive el manoseo (Secretaría de Salud, 2009).

A menudo en los abusos se combinan maltratos físicos y sexuales, por ejemplo sexo forzado y agresiones que generan en los senos o en el área genital. De igual manera el abuso sexual se solapa del abuso emocional, el hombre, por ejemplo, se burla de la mujer diciéndole que es poco deseable, manteniendo relaciones sexuales con otras mujeres y haciendo comparaciones negativas para ella, además de humillarla y degradarla sexualmente de otras formas.

Una de las formas de abuso sexual más ampliamente reconocida en la actualidad, es la violación dentro del matrimonio. En un estudio realizado por Hall (1985, en Audrey, 2000) el 15% de las mujeres informó que había sido violada por su marido. La mayoría de estos maridos repiten sus abusos con mayor frecuencia que cualquier otro tipo de violador.

2.4 Violencia psicológica

La violencia psicológica se caracteriza por humillaciones, burlas, menosprecios, insultos, manipulación o chantaje, amenazas (Secretaría de Salud, 2009).

Los hombres que abusan físicamente de las mujeres también utilizan deliberadamente tácticas psicológicas para reforzar su control sobre ellas. Una vez creado el miedo a sufrir ataques, basta solo con una amenaza verbal, un gesto o una mirada para mantener la atmosfera de constante temor y la angustia de intentar perder, cuándo se le va a antojar a él agredirlas otra vez.

Entre las tácticas de control que utilizan los hombres incluye el abuso emocional, esto es, toda palabra o acción dirigida a debilitar la fuerza interna de la mujer y socavar su autoimagen y su autoestima.

Otras formas de control son los cambios de humor y el paso de la agresión al arrepentimiento y viceversa, los celos obsesivos, que al principio de la relación estos pueden parecer tiernos o muestra de interés hacia la pareja, acaban en una restricción completa de su libertad y un permanente interrogatorio acerca de a quién ha visto y qué ha hecho, además de los castigo físicos.

El abandono es aquel en donde se implican conductas que se omiten de manera sistemática e injustificada de los cuidados hacia otro, por ejemplo, impedir que las personas acudan a sus citas médicas, no proporcionar los medicamentos o dejarlos sin comer, son formas de abandono. El maltrato económico consiste en despojar de los bienes materiales o patrimonio familiar a los integrantes del grupo familiar así como negar el dinero para controlar la conducta de algún individuo

Las consecuencias de estos abusos son síntomas de estrés en la víctima, por ejemplo, insomnio, pérdida o aumento de peso, úlcera, nerviosismo, irritabilidad. La depresión y la ansiedad son comunes y hacen más difícil que pueda escapar de los abusos. La autoestima se reduce mientras los abusos continúan, pero es posible recuperarla.

Así mismo se encontró que el 47.1% de población femenil a sufrido violencia, de este porcentaje el 29.5% de violencia emocional, el 40.6% de violencia económica, el 13.1% de violencia física y 16.8% de violencia sexual.

2.5 Violencia intrafamiliar

La familia es el núcleo de la sociedad, en donde el hombre conoce los valores humanos, sociales, morales, culturales e incluso los religiosos, y con base en ellos

aprende a relacionarse socialmente. Por ende la violencia empieza en el hogar, un lugar donde se espera que todos sus miembros reciban cuidados, respeto, amor, con la producción de estereotipos culturales socialmente aprobados donde es aprendida a través del modo en que se relacionan sus integrantes y se exterioriza con familiares, amigos, compañeros y otros miembros de la sociedad mediante actos de violencia comunes para que vive en un ambiente en donde la agresión constante es una forma de vida (Pérez, 1999). Cuando existe violencia intrafamiliar esta causa daños en la vida emocional y social de los integrantes de la familia. Por ende, este tipo de violencia se manifiesta en todos los estratos económicos, es decir, en familias en las que sus integrantes cuentan con estudios de educación básica, media y superior. En donde la mayoría de las víctimas son mujeres y niños.

Los actos más frecuentes de los que son las víctimas son golpes con las manos o con algún otro instrumento que se tenga, fractura de huesos, quemaduras, cortaduras, abandono, de privación, menosprecio de sus personas, de sus capacidades, de su imagen y actos de violencia sexual.

Velazco (1997, en Pérez, 1999) afirma que ya sea mujeres, niños u otros miembros de la familia, se relaciona a éste con el llamado ciclo de violencia. Este ciclo es el que plantea el proceso mediante el cual el comportamiento violento es transmitido de una generación a otra. Esto es que los padres maltratadores fueron hijos maltratados o que el esposo golpeador creció en un hogar donde su madre y/o hermanas eran golpeadas, y lo mismo se puede decir de una mujer víctima de violencia doméstica.

La violencia intrafamiliar y la violencia infantil son tipos de violencia que permanecen ocultas ante la sociedad ya que son de las más crueles, aterradoras y dolorosas. La mayoría de los niños maltratados sufren este tipo de abusos por parte de personas cercanas ya sean los abuelos, los padres, los hermanos o los

tíos, etc. Los cuales al no tener una persona de confianza sufren en silencio y temen ser castigados si llega hablar de las agresiones a las cuales son sometidos.

Algunas de las agresiones que son sometidos los menores por parte de sus familiares son: desnutrición y hambre, trabajo infantil, migrantes forzados, tráfico y trata de personas, etc. Así mismo son sometidos al maltrato físico, sexual, psicológico y a las graves carencias de sus familiares, es decir, a las necesidades físicas o psíquicas que demanda el infante Rosemberg (2011).

Las consecuencias de la violencia intrafamiliar afecta a todos los miembros del grupo familiar. En México cada ocho horas durante todos los días del año, dentro de su casa, un hombre mata a su pareja. Por lo menos mil doscientos casos anuales, la mujer es asesinada por la persona en la que confiaba, que prometió cuidarla y protegerla; 67 de cada 100 mujeres de 15 años o más han sufrido algún tipo de violencia.

Para poder entender la violencia de género y la violencia intrafamiliar también debemos adentrarnos a las profundidades de la psique. Es decir, que la primera forma en que conocemos, en la que nacemos y nos desarrollamos es a través de lazos o vínculos. Estos vínculos pueden ser de los más calurosos y reconfortantes o, fríos tristes y violentos; estos tipos de comportamientos pueden estar influidos por la constitución genética, la cultura y las diferencias individuales (Meloy, 1988, Rosemberg (2011). El proceso de constitución del vínculo violento es el de la protesta marcado primeros 15 y 30 meses de vida. El primer estado es un agudo sufrimiento por la repentina pérdida de la madre, se caracteriza por diversas formas de agitación y búsqueda. El siguiente estado es el de la desesperación el cual se caracteriza por la preocupación y desesperanza, en donde el niño es menos activo lo cual lleva a la desvinculación, el niño empieza a volverse apático, posteriormente deja de vincularse con otros, empieza a buscar estar solo, sin desenvolver emociones, esto puede ser la iniciativa a desarrollar vínculos violentos.

2.6 Violencia de género

La violencia de género puede ser entendida como un tipo de violencia que no sólo hace referencia al ámbito material, es decir, a las agresiones físicas y la falta de recursos económicos, sino también al ámbito simbólico, es decir, nuestras emociones, nuestros deseos y nuestras carencias a la hora de establecer relaciones afectivas con las personas, derivadas de la forma como se entienden y se construyen la masculinidad y la feminidad en nuestra época (Gil y Lloret, 2007).

La perspectiva de género, es una metodología de análisis de las diferencias sociales, económicas y culturales entre hombres y mujeres basada en el reconocimiento del mayor poder social de los primeros respecto de las mujeres (Secretaría de Salud, 2009). En lo que respecta con la Secretaría de Salud cuenta con un equipo multidisciplinario que abarca las áreas médicas, psicológicas, trabajo social y enfermería, los cuales tienen como responsabilidad de promover y prevenir atención especializada a las víctimas de violencia. Y cuando sea posible debe promover la atención de los agresores.

Para entender la violencia de género debemos tener en cuenta la diferencia entre relaciones de género, roles de género, estratificación de género y estereotipos de género. Las relaciones de género son las relaciones de dominación, conflicto o igualdad que se establecen entre los géneros en una sociedad determinada (Rosemberg, 2011).

Por otra parte los roles de género son las actividades, trabajos y comportamientos que cada cultura asigna a cada sexo. Estos roles varían según las diferentes sociedades influidos por la economía, la religión o la etnicidad. Los roles de género son las habilidades sociales y formas de actuar que se piensan apropiados para los miembros de un sociedad dependiendo de si son hombres o mujeres. La estratificación de género se entiende a las desigualdades entre

hombres y mujeres, donde se refleja la jerarquización social y dominación masculina existente en la mayoría de las sociedades, es decir, la desigualdad de hombres y mujeres a los recursos sociales, los privilegios y oportunidades (Rosemberg, 2011).

Los estereotipos de género son las construcciones sociales que forman parte del mundo de lo simbólico, son el primer mecanismo ideológico, un conjunto de ideas simples, pero fuertemente arraigadas en la conciencia que escapan al control de la razón. Los estereotipos de género están otorgadas a la realidad material que pueden ser utilizadas para simbolizar cosas que están completamente al margen de la relación varón/mujer.

Por lo tanto la violencia surge a partir de lo que construimos y percibimos del mundo a través del lente de género, consecuentemente las mujeres nacemos en un mundo regido, manipulado y dominado por el sexo género-masculino, por lo tanto el patriarcado es atravesado por pensamientos, sentimientos y acciones manipuladas por el género, el cual está presente en nuestra vida cotidiana, el género es nuestra identidad construida a partir de la infancia.

En lo que respecta a las consecuencias de la violencia esta produce distintas efectos a la salud de la población, es decir, produciendo daños a la salud mental, complicaciones médicas y lesiones que pueden llevar a la muerte. La violencia en nuestro país es el problema de mayor relevancia y es la responsable de un considerable volumen de años de vida saludable perdidos cada año (Secretaría de Salud, 2009).

El INEGI reporta a nivel nacional, que la violencia contra la mujer de 47 de cada 100 mujeres mayores de 15 años que viven con su pareja en el hogar, sufren violencia emocional, económica, física y sexual, por parte de su compañero o esposo. Encontrando que 9 padecieron violencia física, 8 violencia sexual; 38 mujeres con violencia emocional y 29 mujeres con violencia económica. La

violencia que se ejerce no respeta fronteras geográficas, culturales o económicas, ni edades, tiene lugar en el trabajo y en las calles pero su principal manifestación es dentro del ámbito familiar.

III. PROPUESTA PSICOSOMÁTICA

*Si amas, sufres,
si no amas, enfermas.
Sigmund Freud*

En el occidente el cuerpo y la mente son considerados dos entes totalmente diferentes, es decir, el cuerpo es el que contiene la mente sin embargo esta bajo su dominio, de manera que todo lo racional es positivo y lo corporal es negativo (González, 2015). La mente es la portadora de la esencia del ser humano y es lo que lo diferencia de los animales, por ende domina y está por encima del cuerpo.

Por otra parte lo psicosomático se puede definir como el proceso psíquico que tiene una influencia en lo somático.

Desde tiempos antiguos se ha observado la asociación entre el estado físico psicológico del ser humano y la génesis y el mantenimiento de enfermedades, sobre todo las infecciosas, lo cual fue reconocido por la célebre frase de Hipócrates (400 a.C.) “mente sana, cuerpo sano”. Nuestros antepasados pre científicos consideraban la enfermedad tanto desde el punto de vista espiritual como físico y muchas culturas incluían los factores psicológicos y sociales en sus respectivas consideraciones acerca de la enfermedad. Las palabras griegas psyche y soma significan, respectivamente, mente y cuerpo; de ellas deriva el término psicosomático, aplicado a la influencia de la mente sobre el cuerpo. La medicina psicosomática, siguiendo la definición de referencia (Stoudemire y McDaniel, 2000), trata de la investigación científica de la relación entre los factores psicológicos y los fenómenos fisiológicos en general y de los mecanismos en la patogenia; pero, en un sentido más amplio, se refiere a una filosofía que hace hincapié en los aspectos psicosociales de las enfermedades.

Asimismo para entender las emociones y su relación con los órganos debemos hablar de la teoría de los 5 elementos planteada por los orientales.

Tabla 1. Muestra la relación de los elementos con los órganos, las emociones y los sabores.

Elemento	Órgano	Emoción	Sabor
Madera	Hígado/Vesícula Biliar	Ira	Acido
Metal	Intestino grueso/Pulmón	Tristeza	Picante
Agua	Riñón/Vejiga		Salado
Fuego	Corazón/Intestino Delgado	Alegría	Amargo
Tierra	Estómago/Bazo o Páncreas	Ansiedad	Dulce

En ellos existen tres tipos de relación: la intergeneración, interdominancia y contradominancia. En la primera relación encontramos el origen de las cosas, una relación de continuidad de un órgano a otro, en donde ninguno es autónomo ya que cada uno depende del otro para su funcionamiento, es decir, la madera precede al fuego, el fuego a la tierra, la tierra al metal y el metal precede al agua. Esta relación nos permite ver la cooperación que existe entre los órganos para obtener y almacenar la energía del cuerpo o el qi, un órgano no puede existir sin el otro, ya que es un órgano donde predomina la cooperación y el equilibrio. La segunda relación, interdominancia, la madera domina a la tierra, la tierra al agua, el agua al fuego, el fuego al metal, y el metal a la madera. Es en esta relación en donde una emoción empieza a predominar y para que se mantenga deberá tomar energía de los demás órganos, dando por consecuencia un desequilibrio y por ello se muestran síntomas de ello. En la última relación, es en donde el cuerpo está en

su última etapa de vida la muerte es la vencedora ya que las emociones establecieron un desequilibrio en el cuerpo y muy difícilmente se puede recuperar (Figura 1). Para poder evitar estas relaciones debemos saber qué órgano es el que está afectando la energía y de quien se la roba para poder establecer un equilibrio.

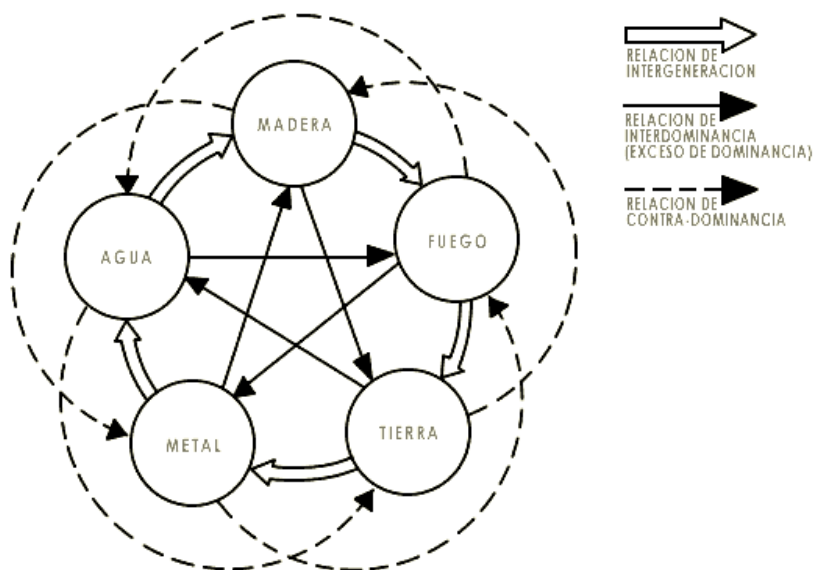


Figura 1. Muestra de los tres tipos de relación (Cáceres)

La teoría de los 5 elementos nos explica cómo se relaciona cada parte de nuestro cuerpo, con las emociones, sino también con cada elemento del cosmos. Asimismo esta teoría nos permite ver que ruta tomo una emoción, donde se encuentra y que puede hacer para moverla de sitio donde se instaló. Dando como intención conservar o restaurar el equilibrio corporal y emocional a través del trabajo corporal que se define así:

El trabajo con el cuerpo puede mover la memoria corporal y desbloquear la energía de las personas para restituir la red de cooperación al interior del organismo. El tratamiento de lo psicosomático no es solo una técnica, implica que el sujeto se haga responsable de su persona y no deje su vida en manos de trabajadores de la salud que también se están muriendo de enfermedades fruto de la pérdida del equilibrio corporal (López, 2011: 257).

3.1 Las emociones

Un sentimiento son reacciones moderadas que forman parte de nuestro interior. Es decir, tenemos sentimientos hacia los demás, por ejemplo, la simpatía, o hacia nosotros mismos como el aprecio. Algunos de los sentimientos son más nobles y otros más intensos.

Las emociones son una parte importante de nuestro cuerpo, están en todo momento con nosotros, son genéticas y no podemos escapar de ellas, como lo explica López Ramos (2011):

Una emoción puede ser parte de la herencia genética de los padres y un poco más allá puede ser la construcción del interior del cuerpo con sus órganos, la emoción no es libre de elección, cada sujeto la tiene y la cultiva y desarrolla como un proceso personal que le da significación a lo que siente con relación a los otros y a uno mismo, es quizá la única de las sensaciones y emociones que solo se puede vivir individualmente, nunca en un conjunto de personas, por la simple razón que un cuerpo no es idéntico a otro y por si fuera poco, tampoco igual la relación que se construye con el cuerpo, así una emoción puede ser parte integral del sujeto, las relaciones con su espacio cultural y su tiempo le darán prioridad a su exaltación y construcción en relación con los otros (pp.131-132).

Las emociones son aquellas que le dan vida pero al mismo tiempo pueden matar. Las emociones se expresan en el cuerpo, aun cuando estas están tratando de ocultarse. Cuando una emoción se ha instalado en un cuerpo, empiezan a crecer, a desarrollarse dentro de algún órgano, y ha logrado dominarlo para llegar a destruirlo.

Las emociones son fundamentales para el ser vivo, por ejemplo las emociones primarias como la tristeza nos ayuda para satisfacer una necesidad de apoyo o de compañía; el miedo, es aquel que nos ayuda a mantenernos fuera de peligro; la ira, nos sirve para remontar los obstáculos y el amor, para preservar a la especie. Por ende las emociones son un proceso de construcción, es decir, que tienen una historia familiar, social y personal dentro de cada individuo, “se trata de un proceso lento, paulatino, que puede mermar a un órgano o todo el sistema. El mensaje de destrucción que nunca se expresó queda en el espacio corporal y tiene una ruta de viaje. Lo psicosomático se traduce en una patología crónica o de muerte inmediata (López, 2011, p.139)”.

En concordancia con el autor una emoción conlleva a un estado de salud, es decir que la historia personal construye al cuerpo de una manera determinada el predominio de una emoción, de un sentimiento o de una actitud conlleva a una acción del cuerpo, es decir, uno elige un sabor favorito en relación a un órgano. Esto nos lleva a la construcción de una enfermedad. En muchos de los casos es muy difícil que una persona se dé cuenta que se ha construido una enfermedad y por consiguiente se enfrenten a la muerte en muy temprana edad.

Ya una vez instalado un padecimiento o una enfermedad este hará que el sujeto construya sus deseos; cuando el deseo de una persona se vuelve prioridad el cuerpo empieza a deteriorarse hasta cumplir ese deseo.

Según López Ramos (2011).

Las emociones se ponen en movimiento al interior del cuerpo para que el deseo del sujeto se cumpla. Si se lanza a cumplir su deseo puede ser feliz y parecerá que no tendrá alteraciones, pero también puede enfermarse si no lo cumple. Un sujeto que cumple su deseo puede estar más armonioso, pero uno que no lo cumple se transforma en un sujeto sin posibilidades ni alternativas para satisfacer sus demandas (p.66).

En el caso de la violencia la ira puede ser la principal emoción ya que el cuerpo se está preparando para luchar cuando se siente amenazado o también el miedo que domina la vida, imposibilitando a la persona a realizar sus actividades cotidianas. Como lo menciona López Ramos en *Lo corporal y lo psicosomático: aproximaciones y reflexiones* “el cuerpo aprende a vivir donde sea y construye opciones diversas para expresar su inconformidad o su lucha contra los peligros, aun cuando ello implique vivir morir con angustia explicada con neurosis, ansiedad o estrés (p.127)”.

Para concluir un órgano no se encuentra aislado, es decir, que está en función de su relación con otros órganos. Así mismo nuestro cuerpo es un conjunto y cada uno depende de otro para su funcionamiento, de igual manera los órganos están relacionados con las emociones: la alegría, la tristeza, la ira, la ansiedad y el miedo. El problema comienza cuando una emoción ha predominado en el cuerpo del sujeto y se convierte en la respuesta ante todas las situaciones de la vida. Es así en donde el cuerpo empieza a enfermarse ya que se rompe el equilibrio.

3.2 Carencia afectiva

La construcción afectiva son sentimientos y emociones, a su vez son relaciones y por lo tanto es un producto de una construcción social y cultural, y son expresadas a través de un conjunto de signos. Por lo que la emoción es la interpretación, expresión, significación, relación, regulación de un intercambio. La cual se modifica de acuerdo al contexto y de la singularidad de cada persona. Por lo que la construcción afectiva es el impacto de un valor personal (Le Breton, 1998).

El ser humano se adapta socialmente a las expectativas de los otros, por ejemplo el beso es un gesto simbólico de información del apego al otro, así como

el primer contacto de una pareja por lo tanto si no se da en el momento en que se lo espera, su falta abre una herida viva de la que, ya adulto, el hombre aún se acuerda. Por ejemplo, la terrible prueba de la indiferencia de una madre más preocupada por si misma que por su hijo o hija. Si el beso nunca prodigó su consuelo, el dolor sigue irrigando el presente y alimentando el reproche de un amor insuficiente. Durante largos años, el hombre o la mujer recuerdan con lágrimas al niño herido que no consiguió aquel día la ternura de una madre, por la que aún padecen.

Como supone López Ramos en *Una carencia afectiva* (2011):

Debemos de pensar primero en los padres, ellos son los que requieren el trabajo con su persona, porque el hijo aprenderá de lo que vea de sus papás y de ahí se establecerá el modelo, la memoria gestual, postural emocional y sentimental, que brotará en cualquier momento de su vida. Ahí, en el espacio corporal de los padres, es donde se dará la lucha permanente para permitir que el hijo sea otro y no ellos en su prolongación (pp. 118-119).

El acceso al cuerpo del otro en una relación amorosa no plantea ningún énfasis. El erotismo o la ternura apenas miden las caricias, los besos en la boca, las mejillas, el cuello o las demás partes del cuerpo a la ternura de una madre, por la que aún padecen (López, 2011).

Buda afirmó que el origen del dolor de las personas está en el deseo y los apegos, es decir, las personas sufren por no tener, por no poseer, o no cumplir sus deseos. Los deseos pueden llevar a las personas hacer cosas que nunca harían a comportarse de alguna forma poco usual en ellas, lo que conlleva a una carencia afectiva. En la cultura del amor se cree que para ser feliz hay que sufrir y que este sufrimiento no dará grandes recompensas pero es aquí cuando el vacío afectivo empieza a emerger. Las personas con este vacío eligen a su ser amado a

partir de este, es decir, estar incompleto y querer llenarse del otro para ser feliz, pero es aquí cuando empiezan los reclamos y los caprichos hacia el otro.

En muchas ocasiones las palabras del otro pueden influenciar en las emociones del otro, donde solo queda aferrarse a las migajas de ese pequeño amor, de ese destructivo amor, la esperanza de rescatar a la persona de lo se enamoraron los mantiene al filo de la relación. Las relaciones que no son sanas pueden enfermar a los cuerpos implicados sin darnos cuenta.

El cuerpo es el espacio para superar lo orgánico y estar en armonía con las emociones, pero el problema es que se ha convertido en una interpretación ajena a los placeres de un hacer que no da respuestas, es decir, el cuerpo es un espacio en donde se pueden gestar nuevas emociones, nuevos sentimientos, y preservar la salud.

Para que una emoción se instale en un cuerpo el individuo debe desarrollarla, con base a los factores que la conjugan. Cuando una emoción ha habitado al cuerpo lo más probable es que esta encuentre nuevas formas de vida en el huésped (López, 2013). Las emociones suelen hacerse un espacio en el cerebro rigiendo a todo el cuerpo, no importa si está entrando a través del estómago, de alguna manera hallara la forma de colarse al cerebro. Cuando se recibe una emoción y se depositan en algún lugar del cuerpo, se encarna una significación en el individuo, donde este hará los intentos necesarios para poder descifrar aquellas emociones (López, 2013).

Las emociones son enfermedades del alma, así mismo estas pueden hacer añicos conductas razonables, el hombre actual responde a lógicas sociales y a la razón, un hombre que piensa será siempre un hombre afectado.

La construcción afectiva pretende analizarse con base al enfoque psicosomático, teniendo como objeto de estudio las emociones, en la medida que las emociones son capaces de regir nuestras decisiones, y lo único que se hace es

dañar al organismo, porque la emoción es nuestra, y no de otra persona, por ende las emociones hoy en día han sido capaces de destruir la vida de un individuo. En donde los individuos experimenta procesos de desgaste, mismos que afloran cuando hacemos la historia de vida, su tipo de alimentación y su relación con el trabajo (López, 2013).

3.3 Metodología

Se trabajó desde un enfoque cualitativo, el cual estudia los procesos sociales, así mismo porque se enfoca a los aspectos individuales de las personas e intenta dar cuenta de cómo ésta se construye y llega donde está, cuestión que daría razón de si la realidad se construye socialmente o es independiente de los individuos (Castro, 1999). Por su parte Reynaga (2003), define a la investigación cualitativa como aquella que pretende dar cuenta de significados, actividades, acciones e interacciones cotidianas de distintos sujetos; observados en un contexto específico o en un ámbito de dicho contexto. Se interesa por preguntar, interpretar y relacionar lo observado, por construir un sentido sobre la problemática de lo observado.

El diseño de la investigación cualitativa a menudo se denomina diseño emergente, ya que “emerge” sobre la marcha. Esto quiere decir, que el diseño puede cambiar según se va desarrollando la investigación, el investigador va tomando decisiones en función de lo que ha descubierto, pero esto no es resultado del descuido o la pereza del investigador, sino que más bien refleja el deseo de que la investigación tenga como base la realidad y los puntos de vista de los participantes, los cuales no se conocen ni comprenden al iniciar el estudio (Álvarez, 2003).

El investigador cualitativo pretende conocer el fenómeno que estudia en su entorno natural, siendo el propio investigador el principal instrumento para la

generación y recogida de datos, con los que interactúa. Por ello, durante todo el proceso de investigación, el investigador cualitativo debe reflexionar sobre sus propias creencias y conocimientos, y cómo éstos pueden influir en la manera de concebir la realidad del sujeto/objeto de estudio, y consecuentemente, influir en la propia investigación (Álvarez, 2003).

La investigación cualitativa se basa de diversas técnicas para poder realizar su labor, entre las más importantes se pueden destacar: las entrevistas, que tienen el fin de poder recopilar información sobre un tema en específico, que interesa al investigador. Las encuestas y escalas, representa una serie de pasos ordenados a intervalos fijos que se usa como estándar de medición y para ordenar de bajos a altos o de malos a buenos, los juicios que la gente se forma respecto a personas o situaciones. Los cuestionarios, al igual que la entrevista busca recopilar información sobre un tema en específico el cual se da por medio de preguntas que generalmente tienen un sentido más directivo.

Las historias de vida, que buscan dar cuenta de cómo se ha construido el participante a través de las relaciones con personas y su posterior significación a lo largo de su vida. Los métodos de grupo focal, donde se estudia un grupo de personas donde se destaca un elemento en común a investigar. Y por último las técnicas de observación, donde el investigador se inserta a un contexto determinado, donde a veces puede interactuar con los mismos participantes para poder comprender como se dan las relaciones o dar cuenta de las estructuras sociales (Polit & Hungler, 2000).

3.4 Método

Se realizó una investigación cualitativa de la recopilación de marco teórico se realizó una entrevista, donde la historia fue el método empleado para la obtención de la información. Posteriormente se obtuvieron las categorías que se creen que están relacionadas con la violencia

3.5 Sujetos

Participante del sexo femenino de 41 años de edad, que actualmente atiende un negocio de hamburguesas, tiene 3 hijas biológicas ya mayores de edad y ha adoptado 2, una niña y un niño. Lleva 23 años de casada. Se seleccionó a esta participante para la investigación por los tipos de violencia que ha experimentado a lo largo de su matrimonio.

3.6 Materiales

Se utilizó una grabadora de voz, una computadora, bolígrafos, una guía de entrevista semiestructurada.

3.7 Instrumento

En esta investigación se utilizó la entrevista a profundidad la cual sirve “para adentrarse en la vida del otro, penetrar y detallar en lo trascendente, descifrar y comprender los gustos, los miedos, las satisfacciones, las angustias, zozobras y alegrías, significativas y relevantes del entrevistado; consiste en construir paso a paso y minuciosamente la experiencia del otro (Robles, 2011, p. 40)”.

3.8 Procedimiento

Se llevó a cabo una entrevista semi-estructurada con la participante que sufrió de violencia en su matrimonio, así mismo se le explico la finalidad de la investigación como la confidencialidad de su nombre (ver anexo 1). Se realizaron en total 4 sesiones de 2 horas cada entrevista, las cuales fueron grabadas con previa autorización del participante.

La historia oral es la especialidad dentro de la ciencia histórica que utiliza como fuente principal para la construcción del pasado los testimonios orales. Consiste en adentrarse al mundo privado y personal de extraños con la finalidad de obtener información de su vida cotidiana. No hay intercambios formales de preguntas y respuestas, se plantea un guion sobre temas generales y poco a poco se va abordando.

Por otra parte, debemos enfatizar que como este tipo de entrevista depende en gran medida de la información que obtengamos del entrevistado, factores tales como la intimidad y la complicidad, permiten ir descubriendo, con más detalle y con mayor profundidad, aspectos que ellos consideren relevantes y trascendentes dentro de su propia experiencia, por lo que es indispensable realizarla no sólo de forma individual, sino también, en espacios donde el entrevistado se sienta cómodo y seguro.

El objetivo de las historias orales es avanzar en el conocimiento de la realidad pasada, y de este modo al igual que fuentes estadísticas, la historia oral participa en una visión interdisciplinar de la historia que permite analizar el pasado desde diversos enfoques y puntos de vista.

3.9 Análisis de la historia de vida

Dentro del análisis se hace la descripción de resultados obtenidos de la historia de vida, se obtuvieron 9 categorías, violencia intrafamiliar, noviazgo y matrimonio, violencia psicológica, violencia física, violencia económica, violencia sexual, enfermedades, alimentación y emociones predominantes. Cada categoría estará explicada con fragmentos de la historia de vida.

1. Violencia intrafamiliar

Socialmente visto se espera que la familia sea un entorno en donde los individuos crezcan y se desarrollen en un ambiente de paz y amor, es en este grupo social donde se aprende los valores como la paciencia, el respeto, la tolerancia, el amor, etc. Donde el individuo se forja de carácter y en donde se educan para que sean individuos de bien. Cuando esto no sucede es ahí en donde las estadísticas nos arrojan que los delincuentes procedían de entornos familiares con un alto porcentaje de violencia. En esta categoría se encontró que la participante al inicio de su crecimiento tanto físico como psicológico, sufrió de una serie de violencias por parte de su familia tanto por hermanos como por los padres.

“¿Qué recuerdo de la infancia? pues te digo realmente yo creo que no fue buena no fue una infancia de juegos, de preocuparte de si tu padre venía tomado, o si venía con la otra , yo me acuerdo mucho, nosotros íbamos a misa porque nos obligaban pero no había un Dios si me explico, no había en realidad un Dios y lo que si recuerdo mucho era que esa noche, yo me ponía a rezar para que ellos estuvieran bien pero pues ni estaban y era como esperar la magia, fíjate que ella era así, ella no festejaba cumpleaños, no festejaba reyes, no festejaba día del niño, nada de eso, allá viene el niño Dios y no lo festejaba pero era muy chistoso porque ella no lo hacía pero sabes que ahora yo lo veo como castigo, como que no se los voy a dar como decía ella para él era mucho el no este, es que no lo tenemos su papá no se los va a comprar, él que el papá de fulano de tal si pero a ustedes no se los van a comprar como que no había, en su vida no hubo fantasía, no hubo magia, no hubo nada de eso entonces ella no lo hacia ella no, yo dudo que no fue buena, porque pues que tenías, tu como niños no puedes llegar aunque la casa este impecable, aunque tu ropa este impecable, aunque realmente vamos a decir tengas el juguete no se te dio cuando se te debió de haber dado o sea a mí que y es muy chistoso a mí de que me servía de que llegaba el 24 de diciembre y el 06 de enero que teníamos juguetes de las dos fechas pero espérate chula a

destiempo si me explico, o sea de que te servía si ella te lo daba “-ay es que me lo gaste porque no vamos a tener para esto, pero ahí ya está” o sea era como el decir yo no tengo felicidad pues ustedes tampoco, no voy hacer algo que los haga feliz, si otra cosa, ella por ejemplo como yo era dinamita pura, siempre fue la comparación de mi hermana es mejor y tú no, hasta la fecha ella no se cansa de hacer comparaciones y todo; y si pues pero por pobre, pues que te digo yo digo que pobre que ella tenga que vivir con ella (risas)”.

Podemos apreciar con este ejemplo que el abuso constante por parte de la madre hacia sus hermanos y a ella, la falta de la figura paterna, hacen que la relación de familia se torne tensa y el miedo que siente le impide defenderse y aceptar la educación que la madre le proporciona.

“La comida guiso perfecto, el piso perfecto, mira, te lo juro que si ella hubiera sido bien cariñosa seria perfecta, si pero ella limpia perfecto, la comida perfecta, nunca faltaba comida, nunca faltaba este como te explicare, nunca faltaba doctor, nunca falta comida, y nunca faltaba casa limpia. Pero si te faltaba ropa que bueno si te faltaba un cuaderno que bueno, si me explico, o sea lo que a tu persona en tu persona yo siento esa parte, lo que a tu persona, o a tu moral o a tu crecimiento a tu persona te podía dar seguridad no te lo daba si me explico, si tú te veías bonita, tampoco te iba a decir que te veías bonita, le podía decir a sus amiga mis hijas si son muy bonitas, son muy listas pero a nosotras no, a ti no te lo decía, ni te decía que te veías bonita ni te decía que estabas bien ni te decía, ni te arrimaba lo que requerías porque no era como buena proveedora no cuidaba pues tu persona pues como niña, de que los huarachitos van con shortcitos no era así como en esa cuestión de que ella era cuidadosa o que las calcetitas si las calcetas se te resbalan pues ponte una liga hija. Porque ya las había echado mil veces en cloro entonces en ese aspecto era en lo que ella no era cuidadosa. En el aspecto de pues si de que puede ser, a final de cuentas es parte de lo sentimental es parte de crear personalidad, te voy a decir que cuando éramos chiquitas mi mamá heredaba

la ropa, acuérdate que yo soy la chiquita de quien heredaba la ropa, de la mayor, entonces obviamente a la que le daba era a la mayor entonces lo más que podía, el aretito, el collarcito me acuerdo mucho las pinturas, la ropa, pero éramos muy diferentes la gorda y la flaca entonces a veces pasaba años para que me quedara las cosas pero realmente sabes que pasaba así como me río creo que me reía creo que eso hasta la fecha creo que es lo que más le pesa pues si le podía que yo más me riera que ella hacia ¿no?”.

En este apartado podemos observar que el abuso psicológico constante de la madre hacia M.E repercutió mucho en su crecimiento, se perciben constantes carencias afectivas de la madre hacia M.E. los reproches de un beso, de una caricia, de un abrazo o de un halago a tiempo se hacen visibles.

“Pero aparte pues decían que era yo bien canija, era más bien la palabra una puta, ¿por qué? Por mi forma de vestir vengo de un lugar donde hace calor, la gente es más jacarandosa, se ríe hace cosas, eso es de lo que vengo, así estuvo y todo lo que allá había disfrutado de salir de ir, porque por ejemplo había veces en las que yo me salía temprano y decía voy a ir a la playa a todo dar regresaba de la playa a la casa, que si te moriste chula, ni sabían que si te caíste ni sabían, yo toda raspada buscaba basquetbol llegaba toda madreada, o sea llegaba y me bañaba, perdí la falda de la secundaria, este, conocí a gente que mandaba ahí, que no andaba en buenos pasos, pero gente grande en cuestión de pero que realmente la pues ahí mejor ni hablo, gente muy grande entonces me metí hacer eso, a visitar a los hermanos de o sea entraba iba al CERESO y pues me desvestía para que me revisaran; dentro de todo lo que paso, yo siento que yo no perdía como que la esencia o sea seguía y seguía. Entonces entraba e iba no le tenía miedo, no le tenía miedo a nada, sé que la gente que está en esto, no le hace sino que se las lleva o sea empiezas a aprender diversas cosas como el miedo a nada. Perdía mis faldas de la escuela y llegaba a la casa y a pesar de lo que me hacía y me hacía y me pegaba le decía: “que crees que perdí la falda, ni modo tienes que

comprarme otra, porque ya no tengo falda” o sea era tan extremista este que a lo mejor o era mi forma de llamar la atención o no chula, también o sea ver si así decía que algo le está pasando a esta pendeja, y ella sabía con qué gente me juntaba ella sabía entonces tampoco siento que, o sea por ejemplo con ellas veo y observo (refiriéndose a sus hijas), esto no me gusta y soy bien observadora y ella sabía conocía, sabía con quienes me juntaba y me metía y ella sabía o sea porque ella los conocía y no”.

2. Noviazgo y matrimonio

Cuando dos personas deciden unirse en matrimonio es una culminación sobre algún proyecto personal. En algunas ocasiones la mayoría de los matrimonios se inician en la adolescencia, es aquí en donde la vida se vuelve más limitada y la relación de pareja puede tornarse violenta.

Cuando ya se está casado el proyecto de vida suele truncarse o en algunos casos ya no se llevarse a cabo, dando como resultado que los involucrados tomen otro camino completamente diferente al soñado.

“Pues se vivía así la cosa empecé a ver qué pues no, pues si quiere va bye, entonces empiezo a ir por mi prima a la secundaria entonces él se entera mi esposo, y empieza a ver qué voy por ella y empieza a ir, una y otra y otra y otra vez, entonces cuando el empieza a este a ir este ella se sube adelante y él me abrió el carro para que yo me subiera y yo decía “nel ni madres yo atrás” y bien cabrona lo despreciaba y entonces empiezan a no bajarme de a puta este su palabra favorita de los mexicanos y de los del distrito, es una palabra muy fuerte yo digo muchas groserías. Yo te voy a decir una cosa, soy grosera te lo juro y si tú ves mis publicaciones me ponen “no manches perra” “estas pendeja” “chinga tu madre” y te lo juro así yo de “no me digas perra dime perrilla” y jajaja y todos muertos de la risa y nunca es una ofensa, cuando alguien te ofende o cuando tu discutes con alguien te puede decir que es más verdad que humor, cuando tienen pleito con alguien es más dolor que risa, esa es la diferencia de los estado de México del Distrito Federal que realmente la

gente te hace daño por hacer daño la gente te hiere por herir. Entonces este empezaron a ofender y a ofender cuando empezamos ah empiezo a salir con él y a bueno empezó a platicar conmigo y empiezo a platicar con él pero era una persona muy amable, muy atenta, con carácter y me empieza a gustar me gustan las personas con carácter ¿Por qué? Porque denotan en mi estabilidad, fortaleza para mí eso es bueno y este empiezo a ver que a mi prima le gustaba y que ya me tenía hasta la madre de que no podía ya salir con nadie porque con todos yo andaba y yo con nadie andaba porque aparte era elitista entonces este te voy a decir una cosa para yo escoger yo a alguien primero lo sondeaba para andar con alguien desde chica veía como vivía, me gustaban las personas guapas, no me gustaban feas, que tuvieran estabilidad que no me jodieran la vida, pero no me gusta la gente pobre, no me gustaba la gente pobre sigue siendo eso desde niña, yo veía miseria y decía a la mierda, no me involucraba más de la cuenta, si este si veía a alguien que vivía en casa de cartón yo no me quedaba ahí yo digo y les digo a mis hijas que del enamoramiento al estar con alguien hay una parte y mientras tú ves cómo viven y si viven en una caja de cartón y ya pueden tener una casa bien olvídате te va a tener en una caja de cartón a A. le gustaba la bueno lo que a mí me gustaba o sea sé que vivía aquí si que no tenía otro medio más que este ya, entonces este pero dentro de todo lo veía más estable que a otras personas entonces obviamente tampoco iba a buscar inestabilidad, él sabía que a mí me gustaba lo bueno y él me abrió la puerta del carro me procuraba, mi carácter era fuerte y el conocía pero me ponía un alto, porque la tenía este o sea yo veía esa parte que yo podía tener pues como estabilidad entonces a mi prima iba sobres, y pues ya me tenían hasta la chingada y entonces yo le gustaba pero yo me acuerdo que me atraía que cuando me veía se le iluminaban los ojos de esas veces que tú ves que la cara le cambia a alguien pues decía bueno pues va que lo beso, y pues dije “pues bueno están chingando me lo voy a dar ya se chingaron porque la pinche pueblerina les va a dar en la madre cabronas”, pues así fue, entonces empezó el noviazgo. Como 6 meses más o menos y un día me dijo que yo le gustaba y demás

cosas y un día le dije que si se quería acostarse conmigo pues va nos acostamos pues ni perdería nada al cabo ya me habían quitado todo lo que tenía que más tenía pero pues si él quería una relación más estable que me lo dijera que era de dos o una relación estable o un acostón que yo decía lo que yo podía hacer de mi vida y que siempre había decidido y que él me dice que cuando yo le dije eso él pensó pues esta de dónde viene pues entonces no me contesto solo se me quedó viendo y pues posterior a eso él se quería casar conmigo y yo le dije que sí que se metiera y me pidiera, que sino no perdiera su tiempo que le caminara ¿Cómo ves? Así y lo hizo se metió y dijo que quería casarse conmigo y le dije que qué iban a decir sus padres de que nos casáramos”.

Se puede observar que la participante no tenía un proyecto de vida establecido, también se observa que el hecho de querer demostrar a otras personas que ella también podía tener a cualquier chico que se propusiera, sin tener en cuenta si ella realmente lo quería o no. Teniendo un noviazgo corto y la falta de irresponsabilidad por parte de los dos imposibilita que observen las posibles consecuencias desastrosas al casarse.

“Me embarace luego luego de la gordita, no nos lo esperábamos y empezó lo bueno, ahí viene todo lo bueno porque me embarazo ... no recibo nada de nadie y siempre fui como que siempre mi carácter salía al frente porque si te digo que me empiezo y que él me empieza a enseñar a trabajar, me dice no quieres trabajar por si quieres vente me ayudas, y pues si empecé a ayudarlo pero siempre fui de aprender porque la vida no me hubiera dado otro chance más que le atorras o le atorras o sea llegue a México y cambie a esa niña que llegaba a su casa y que regularmente tenía todo o sea entre todos los defectos que había de repente llega una etapa en mi vida cuando me quedo sola con mis padres que yo soy todo y que cambie por ejemplo esa niña aunque me obligaran a lavar los trastes y me dolían los dedos yo no hacía nada era una niña voluntariosa, que quizá eso era a mi mamá también le podía, que yo no

era de las que se estaban quietas y que también no seguía reglas o no era de las que estaba sentada, que en lugar de llorar me paraba y me movía me salía a la calle y hacia lo que yo quería o sea dentro de todo y hacia lo que yo quería y que entonces ya la ropa 100% ya era para mí, que entonces me veían más a mí que a mi hermana pero si fueron muchos años, entonces si lo vives pero que me hizo falta ya después ya era la única. Pase de tener hermanos a ser la única, la única sola, pero la única, y la que no hace realmente nada y realmente nada si, y cuando llego aquí y empiezo a trabajar pues obviamente lo conozco a él y en su trabajo se aprende y empiezo a trabajar y empiezo a aprender pues estando en mi embarazo, mi embarazo es de alto riesgo y chin me quedo en cama”.

En este apartado podemos observar que los lujos que sus padres le daban se han perdido, el no trabajar y tener que empezar a trabajar, estando embarazada, con su marido ahora para ella se ha generado un reto, así mismo el embarazarse inmediatamente después de casarse, permean la relación de pareja porque ahora deben de cuidar y preocuparse por alguien más que no sea ellos, aquí es donde las relaciones de pareja a temprana edad se convierten conflictivas.

3. Violencia psicológica

La violencia psicológica que sufre la participante se hace evidente al inicio de su matrimonio:

“Cuando yo era cariñosa, platicona, o sea todo lo que tu gustes y mandes aun a pesar de que yo lo era, era alegre, era vivarachera, era incoherente, era imprudente, imprudente para ellos porque para mí no, digo lo que pienso, entonces como vivo pues no le parece pues me trae a una que según era la novia de él y que esa novia lo quería y que no sé qué tanto y fue hacerle un drama y este ese día a mí me dio mucha tristeza que parte que en mi ventana decían que yo no estaba que yo andaba de canija, teniendo la casa pulcra, yo tenía la casa pulcra porque era lo que yo había mamado entonces empieza a

salir con mi mamá para acá para allá, y este y me acuerdo mucho que llegaba ella, a llegaban tarde y él se subía con sus papás te digo que llegaba a 10:30 de la noche y se subía con sus papás y yo ya estaba dormida, o yo ya estaba esperándolo, y triste porque realmente era vida triste, ahora era una vida de soledad y no hablaba con nadie, no salía de la casa, y parte la gente no me quería, no tenía amigas no tenía a nadie porque aparte me dedique a trabajar no hacer amistades ¿no? Entonces este un día llega una prima de él y me dice según me fue a visitar y me dice que vio a A. en el cine con mi mamá pero yo les decía de dónde vienes de trabajar, es que cerramos tarde y pues yo decía si cierran tarde porque realmente cerraba tarde, no este nunca, nunca, nunca, nunca me pasaba nada por la cabeza estaba tan maleada pero no estaba tan maleada y cuando vino la chiquis hacer su desmadre yo después de ver a unos padres que habían vivido fregaderas, yo si reclamo o sea yo no soy de las que escucho ay que padre, yo me encabrone y yo me acuerdo mucho que mi mamá dijo “esta pendeja, es una estúpida, no le hagas caso” mi hija de ahí parte mi vida a ser la estúpida y a ser una tonta ya estar loca de ahí parte mi vida a que el comentaba estás loca, estas tonta, estas estúpida, y empiezan los insultos y empieza los insultos como de parte de ella como parte de él, tengo a la bebé, antes de casarme me diagnostican a mi tumores en las mamas y este entonces empiezo con tratamiento.

Se puede ver que la participante sufre a inicios de su matrimonio una fuerte violencia psicológica así como las múltiples infidelidades por parte de su marido, se ve atrapada en un juego mental. Otro elemento importante es la relación que su madre sostiene con el marido de M.E. y como esta afecta su matrimonio al sospechar de su madre, así mismo los malos tratos por parte de los dos hacen que ella se sienta atacada.

Y ahí es donde empiezo a pensar que voy hacer pero ya dormí toda la noche, más bien que de las tres para delante y decidí irme bueno ya tengo a mi hija ya me voy, no levante acta no levante nada y solo espera al otro día que

amaneció y que ya no estuvieron para ir a recoger mi dinero, y pues ya que me voy, les dije yo a mis primas que cuando pasen me avisan pues si cuando paso me avisaron fui por mis cosas y obviamente yo no lo calcule pero el regreso rápido, me pidió perdón, me dijo que volviéramos aquí me dicen que hubo en desmadre que los culpo a todos porque todos me quitaron a la niña, que su hermana me la había quitado y que se quedara con la niña que yo era una puta que yo era esto que yo era todo pero él se iba a matar pero ni se mató el hijo de la chingada, ni nada, entonces el me pide que regrese, te acuerdas que yo te dije que sufrí una violación, mi mayor temor era que a mi hija le pasara lo mismo, yo vivía con ese temor, a veces pienso que dios no se equivoca bueno no pienso él no se equivoca y siento que por algo me dio puras niñas por no tenerme segura, porque a lo mejor él no me quería involucrada en tanto desmadre, porque yo tenía las posibilidades de salir adelante entonces este regreso, y él me dice que volvamos que lo perdone.

Uno de los recursos que utilizan los agresores a sus esposas es pedir perdón constantemente y decirles que no volverá a pasar en este punto donde empieza el maltrato psicológico, en donde la participante toma la decisión de seguir adelante o buscarle una protección a su hija.

En el camino mucho me comparo con fulana con zutana, cuando yo era muy delgadita porque cuando empecé a subir de peso ¿por qué estaba gorda?, cuando tenía curvas ¿por qué tenía curvas?, o sea, yo te digo que lo senté y le dije antes de irme a Colima “¿dime que te gusto de mí, dime quién soy yo para ti, por qué quieres quitarme al niño, dime quien soy yo para ti, qué ves en esta mujer, qué te agrado de mí, o qué te agrada?” no supo que contestarme y no me va a contestar siendo como es no me va a contestar y pues ni modo.

Las amenazas son constantes en una relación de pareja con violencia psicológica, los agresores en su mayoría amenazan con quitarle o hacerle daño a

sus seres queridos, muchas de ellas permiten este tipo de abuso por el miedo de que cumplan sus amenazas.

“Cómo lo haces, cómo lo haces cuando no conoces otra cosas más que violencia cómo lo haces, como lo haces cuando no conoces más que otra cosa que luchar y salir adelante. ¿Cómo le haces? Si donde quiera que vayas, si yo tenía lo que buscaba no era una mansión sino era tener segura a mis hijas, cuando me moví de allá enfrente para acá fue cuando yo me sentí este agredida cuando vi que este niño no me quería por ser M.E. si escuchaste sino que me moví cuando vi que él quería a la mujer. Cuando tu sufres una violación a la edad de 10 años que tú no tienes ni chichis ni nalgas ni nada, y que tu sufres a decirle a tu madre en vez en lugar de ayudar y cuando tu sufres con una mamá que viene a decir que tu no mereces a ese hombre que tú no tienes, cuando tú no eres nadie, ¿con quién te vas a ir? Dame el camino, cuando hay tres criaturas y tu haz luchado y haz tenido la casa porque la has trabajado no porque te la dieron porque la has trabajado para dónde vas, llevarme a mis hijas a que, a donde, donde son más seguras...”

Así mismo una característica importante de la violencia psicológica como lo podemos observar es la dependencia, que la participante empieza a tener con su marido, saber que no puede dejarlo porque es lo único que conoce, es aquí en donde el cuerpo y la mente entran en una constante pelea.

4. Violencia física

La violencia física en las relaciones de pareja suelen ser muy frecuentes pueden empezar con un pellizco y terminar con una golpiza que puede mandar a uno de los dos al hospital o a la tumba.

“Un 10 de mayo antes le había roto su madre entonces bajaron todos cuando me defendí este le había roto yo cuando te dije lo del carro, y le rompí una botella en la cabeza, el me agarro de los pelos, le rompí una botella entre la

ceja y la boca, pues se metieron cuando vieron que yo me lo estaba chingando, y lo mande a la cruz roja”.

Ya cuando se empieza con la violencia física en cualquier relación se pierde todo tipo de respeto. Se empieza a construir una relación inestable y llena de rencores, el vacío afectivo se hace presente en este tipo de violencia, es por ello que las personas permanecen en relaciones destructivas.

5. Violencia económica

Aquí en México está la costumbre de que el hombre es el proveedor de la casa, y la mujer es la educadora de los niños y mantiene la casa impecable, a la mayoría de las mujeres se les deja un gasto semanal es así como los hombres controlan el dinero.

Entonces le dije a él que yo no había estudiado la prepa, había estudiado florería, había estudiado computación y había estudiado este costura industrial pero entonces yo no tenía la prepa, entonces le pedí permiso para estudiarla y él me dio chance pero con que condición, la casa limpia, las niñas listas y porque ya no tenía muchacha, casa limpia niñas listas y la comida y pasas al puesto a trabajar, pues ahí va la otra ¿no? entonces empiezo esa parte esa buena parte, que es la chingale y vete a estudiar, bien a todo dar porque empezó a darme para irme a la prepa, entonces empieza lo que es bueno que es la prepa empiezo a estudiar y como vio que era guerrera, me dejaba el gasto en las mañanas y pues tenía la comida, tenía para guardería porque trabajaba tenía para esto para lo otro, y pues que crees empezó a no dejar dinero, oye no me dejaste para irme a la prepa, ah no pues ni modo no vayas, al segundo día me pare más temprano vi que no dejo dinero pues me apure pues vámonos, me paraba más temprano para irme caminando a la preparatorio y venirme ya cabe la prepa, trabajando yendo y viniendo y me acuerdo que llegaba al puesto y sino le parecía algo me decía súbete a la camioneta, pero entonces como me iba a la prepa pues ya menos me daba de

comer y solo me daba para venir hacer de comer o para la cena, entonces empecé a manipular a C. y decirle, dile que te pidieron para esto, para que me alcanzaran, los 7 pesos para irme.

Podemos observar que el esposo de M.E. ya empezaba a limitar el dinero aun cuando ella trabaja en el local de él, no le dejaba el gasto para que ella no pudiera ir a la preparatoria, así mismo se observa que M.E. utilizaba a su hija para poder sacarle dinero a su marido y así poder irse a estudiar.

Y no vuelvo a decir nada, nada, entonces empiezo a no decir nada me lo vuelvo a tragar, vuelvo hacer mis cosas y empiezo a trabajar, pues para esto tenía el dinero contado, empiezo a ver que mis hijas que necesitaban una cosas, necesitaban la otra, por ejemplo, para la cama de M. tuve que robarme yo 20 pesos diarios donde yo trabajaba, me robaba 20 pesos para poderle comprar una cama a mi hija de donde yo trabajaba los 250 mil pesos pues me los robes de lo que yo trabajaba, cuando yo empiezo a cuando mis hijas ya son grandes para la litera, robándome dinero de donde yo trabajaba y compre la litera que aún tienen las muchachas, y empiezo a comprar.

En este apartado podemos ver que M.E. empezó a robar en el trabajo, donde le ayudaba a su esposo a atender el local, esto pasa muy frecuentemente en las mujeres que sufren de violencia económica empiezan a robarle a su marido para poder subsistir. Es aquí en donde se el cuerpo empieza a tener repercusiones, donde la conciencia ya no está en paz y el miedo a ser descubiertas gobierna sus vidas.

6. Violencia sexual

Ser abusada sexualmente a una edad muy temprana como M.E. tiene consecuencias desastrosas tanto a nivel corporal como a nivel emocional. En este ejemplo M.E. sufre de una violación a la edad de los 11 años y lo único que obtiene de su madre es una golpiza.

Yo te recuerdo mucho cuando yo tenía 10 u 11 años yo fui violada yo llegue y le dije y me dio una chinga que ni sabes por andar diciendo, ¿no te llevo al doctor? No, no, lo más que obtuve fue una friega pero friega como no tienes ni idea.

Así mismo por parte de su marido las relaciones sexuales no son del todo placenteras, en donde ella no disfruta o su marido no se toma el debido tiempo para acariciarla.

Para acá la relación fue así, te hago el calzón a un lado si bien te va penetro me subo me vengo tres minutos y se acabó estás tu atascada le vale madres, te hayas quedado con las ganas o no le vale madre ¿Cómo ves? ¿Siempre ha sido así? Si y yo le eh dicho por ejemplo si yo le decía esto me gusta pues valí madre porque ya no lo hace, si me explico o si yo sentía placer se quitaba ¿Cómo ves? Haz de cuenta que si llegaba a tocar el clítoris, prestaba tu dedo, (aprieta el dedo de la entrevistadora) entonces te lastima al grado de cómo que se inflama hasta el calzón y el pantalón te lastiman pero creo yo que eso le da felicidad, o el pezón te los deja hinchados, yo prefiero que no toque para que no me lastime, porque él te lastima.

En este apartado podemos observar que el hombre ve como objeto a su mujer ya que no presta atención al placer de ella sino que solo se centra al acto sexual como tal y al placer de él. Los malestares posteriores al abuso sexual se ven reflejados en la participante, los múltiples

Este que por ejemplo el no toca nada pero no entiendo te voy a decir algo bien estúpido porque no es ni cómo te dijera ni delicado,, ni delicado ni dedicado entran las dos palabras, porque tiene la erección y tú sabes que todo pasa o sea me daba curiosidad pero yo estaba viendo porque últimamente observo todas sus tarugadas que hace y cómo es posible que no puede introducir el

pene a la vagina es como si yo estuviera haciendo esto estas tu así y yo así en las tientas si me explico pero no tiene el cuidado de decir, ah por ejemplo me daba risa, estaba yo observándolo y decía yo enserio este es hombre en la cama porque caray yo no se agarró piernas las muevo introduzco yo empecé a acordarme de ahora y él siempre fue así por ejemplo digo los senos se tocan, entonces este es así como hacer esto y hacer esto, es desesperante, o sea, para empezar sé qué, que está pegando aquí en esta parte ni siquiera no tiene la delicadeza de mover las piernas no tiene la delicadeza de acomodar a la mujer no tiene delicadeza de nada. Y cuanto introduces te vienes entonces ya chinga tu madre lo peor que se venga adentro porque estas miada, todo el pinche día tenga mi flujo vaginal. Es desesperante con la pena yo ya no me dejo tocar.

En este caso el esposo de la participante solo quiere saciar su deseo, diferentes tipos de violencia empiezan a mezclarse con el acto sexual, por ejemplo la violencia psicológica y física que el marido ejerce para poder penetrarla, sin siquiera tomarse la molestia o el tiempo que cada relación sexual debe tener.

Ni siquiera hay un te voy a besar te voy a quitar la ropa no hay una nada, nada, nada o sea nada, entonces son entiendo es solo sexo, guacala pues que feo, y te digo yo lo veía es como la pinche gallina si no se agacha el gallo no va y se lo echa así como el pinche gallo huevon que no está la gallina el gallo corría y la pisaba, y tenía otro pinche gallo que llegaba y sometía a la gallina y la picoteaba y picoteaba a todas pero el otro sino se agachaba ninguna gallina no pero veía que se agachaba una y corría es como esto y no. Y ahora por placer mío por propio de él y lo hace a medias hasta para él por propio placer de él pues yo acomodo aquello para que introduzca derecho, cabron no estas ciego si me explico es más hasta un pinche ciego a tientas sabe dónde va o sea no pues no, no se me hace bonito no se me hace lógico.

Las relaciones sexuales con la pareja son de suma importancia, porque es aquí en donde se demuestra el afecto y el sentimiento hacia la pareja, es decir, no solo consiste en la penetración sino en besos, caricias, etc. Las relaciones sexuales sirven para mantener un vínculo con la pareja ya que se construye la complicidad.

7. Enfermedades

En esta categoría indagaremos sobre las enfermedades que han atormentado a la participante. Las enfermedades son importantes en esta investigación porque son el vínculo de la salud con el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu. Si esto está en desequilibrio se ve reflejado en la persona. Socialmente la salud se considera buena cuando no existe alguna enfermedad, pero la mayoría de las enfermedades psicosomáticas son silenciosas, se van construyendo poco a poco en el silencio. Así mismo las personas van al médico ya cuando están en etapa terminal o el dolor ya es muy frecuente.

Nosotros vivíamos en doctor chula, a ella le encantaba ir al doctor, nosotros teníamos que ir a la clínica; este yo tenía un problema tenía taquicardia, entonces yo tenía citas en el doctor, si me dolía un dedo me llevaba al doctor, si te podía decir visite más doctores que nada, en eso si te digo.

Así mismo las enfermedades se van reflejando en sus embarazos los cuales son de alto riesgo y por ende debe de permanecer en cama durante todo el embarazo, sin tener el apoyo de su marido o de alguna otra persona para llevarla al hospital se ve en una envuelve en una situación de soledad.

Pero yo tenía dos criaturas, pues de ahí se viene la relación estable y chin salgo embarazada de la tercera que es el pilón, y me operan que bien siendo la operación de niña, antes de la niña me sentía mal, me operan de apendicitis y yo pensaba que estaba embarazada y si estaba embarazada y estamos hablando que eso parte en mayo ah pero todo me pasa en mayo, en mayo

parte mi operación y este y resulta que cuando me operan que este se dan cuenta que en agosto estoy embarazada y pues de ahí viene la cosa que cuando en E. me dio taquicardia, vuelve la taquicardia entro en shock en el parto, en mayo entro en shock y que crees que te vas a morir, viene todo el duelo, no puedes tener a ese bebé porque te vas a morir y tienes que abortarlo, entonces imagínate, entre tu vida y la vida que traes adentro y la vida que son tus hijos sino hablo de un matrimonio sino mi vida, destruida totalmente y la decisión de tienes un bebé te puedes morir, o te mueres o lo tienes, y entre mi conflicto interior y entre el reclamo de él como voy a matar un bebé y me voy a morir, pues se ponía a tomar y vivo un embarazo de soledad, solo, no pudiendo caminar, teniendo que ir al hospital a perinatología y tener que pelear en cuestión muerte porque decide tenerla entonces este, pues era un conflicto mío vuelvo a estar sola, y ahora si más sola y solo pidiéndole a Dios que me sacara adelante con un marido que me decía que se iba a dedicar a vender droga o sea puras pendejadas que él no había vivido y que yo si sabía lo que era eso y que yo escuchaba y yo decía es que es un idiota, y lloraba y lloraba y a luchar con lo que vivías, pero ya era una cuestión de vida o muerte, y pues dicen que lo que no te mata te fortalece y pues para mí era bien triste caminar de aquí a Palmas y él teniendo camioneta del año, él teniendo todo.

Podemos observar que aunque el marido de la participante teniendo todos los medios para acompañar a su esposa al médico decide no hacerlo, así mismo las enfermedades aparecen al paso de los años, y se van convirtiendo en tumores que pueden afectar la vida.

“Haz de cuenta que me quede sin ver la mitad derecha, parte izquierda, pero no veía la mitad, pero me salió un prolactinoma creo que se llama en mi cabeza, me estoy atendiendo y pues si los tumores de los senos que me los descalcificaron y el otro creció entonces senos con cáncer, pues miedo pues todos tenemos pero, mira pasan muchas cosas porque yo creo que cuando te

pasa algo, es bien cierto que cuando dicen que conoces quienes son tus amigos pero también conoces lo que es parte de tu familia de tu entorno quien está contigo quien esta esté yo me acuerdo que el día que me puse mal, le decía yo a A. o sea me quede sin ver aquí y fuimos y luego, luego vieron que yo tenía galactorrea, que es presión en los pezones y por medio de eso se hace todo esto. Entonces te das cuenta quien está contigo quien esta como la gente cambia, hay gente que nada más quiere saber qué te está pasando o sea como, ¿Cómo puede ser la palabra? La palabra pude ser morbo, porque mucha gente tiene morbo pero creo que aprendes hay una cosa, hay una regla para que te sostengas “.

Al paso de los años las enfermedades se vuelven más complicadas y son difíciles de procesar para el cuerpo, así mismo se hace constante la ausencia del marido, lo cual es de suma importancia para la participante la participación del marido.

Las enfermedades que se van desarrollando a lo largo de la vida nos muestran un deterioro del cuerpo.

8. Alimentación

La alimentación es muy importante en la vida de los seres humanos ya que es la fuente principal de energía, para la salud física, la emocional y la espiritual. Por lo cual es importante el tipo de alimentación para saber la forma en que va construyéndose un cuerpo.

Una alimentación deficiente o inadecuada puede producir diferentes procesos en el cuerpo, ya que los alimentos proporcionan el oxígeno necesario para una adecuada circulación en la sangre que al final repercutirá en el estado de cada órgano del cuerpo (González, 2015).

Socialmente la alimentación es muy importante ya que desde la infancia se nos enseña que es lo que debemos de comer, por ejemplo, comer verduras y frutas, tomar 2 a 3 litros de agua, pero no se nos explica la importancia de

consumir dichos alimentos. Así mismo tampoco se nos enseña es el cómo están hechos estos alimentos, cómo fueron procesados si utilizaron los fertilizantes adecuados, etc. En conclusión lo único que se nos enseña son hábitos alimenticios tales como comer 3 veces al día, con 3 colaciones entre esas comidas.

Como carne, verdura arroz, agua, no como frijoles, en la mañana café, no debe de falta una taza de café, como arroz, pollo, verdura, fruta, agua de sabor, café no como pan, no como otras cosas, chatarra no como. Nada de lácteos. Hoy por ejemplo me desayune un pozole (risas).

Cada una de las personas va construyendo vínculos con la comida. En el caso de M.E ella come lo que tenga a la mano.

Me gustan los bombones, lo dulce, pero lo dulce en bombones, no como chocolate, me gusta mucho son los bombones todo lo que tenga sal, limón y chile, o sea la fruta con limón y chile no como atunes ni que estuviera pariendo, no me gusta.

Los sabores preferidos de M.E. son el dulce, lo picante y lo salado los cuales nos indica que vive en un estado de enojo, de tristeza y de miedo. Como sabemos en la teoría de los cinco elementos los sabores están relacionados con los órganos, las emociones, etc. Por lo que si un sabor predomina este influirá en el equilibrio del cuerpo.

9. Emociones predominantes

Esta categoría es de suma importancia ya que las emociones son parte del cuerpo, ya que en él se transitan las 5 emociones que a lo largo del día podemos experimentar algunas de ellas y sentir las en el cuerpo (alegría, miedo, ira, ansiedad y tristeza) las cuales crean un equilibrio. El equilibrio se rompe cuando

una emoción se vuelve predominante, por ejemplo, el miedo se estaciona en el cuerpo y llega a paralizarlo.

Claramente las emociones dentro de la sociedad están mal vistas, ¿cuántas veces no nos hemos burlado que un hombre está llorando?, así es como esta sociedad reprime las emociones en donde es mejor esconderlas y demostrar que somos fuertes, es aquí en donde el cuerpo empieza a enfermarse porque no dejamos que fluya la emoción. Sin embargo cada quien es responsable de como aborda una emoción ya que no todos respondemos de la misma manera, cada quien lo vive de diferente manera por diversos factores.

En el caso de M.E. las emociones predominantes en su vida son la ira, el miedo y la ansiedad. Así mismo la participante ha experimentado episodios de su vida de soledad así como las ganas de vivir.

El estar en tu casa y sentir con el miedo de que va a empezar a gritar enfrente de las niñas a empezar a hacer algo.

El miedo es una de las emociones más fuertes y que más daño pueden causar en el cuerpo. En el caso de M.E se observa que vive con la incertidumbre de saber si su marido llegara de humor o no.

Sin miedo no tuve miedo es más te puedo decir que no tuve miedo a morir, llego un momento en mi vida que no tengo miedo a morirme, no tengo lástima, no tengo nada de mí, si me explico, o sea no me duelo de mí, o sea no tengo lastima de mi.... y yo tengo muchos gastos, que ya no puedo que siento que ya no puedo, lo siento, que siento que ya estoy cansada claro que estoy cansada, que siento que quiero ahorcarlo claro que quiero ahorcarlo, que no le voy a dar gusto pues tampoco verdad, pero así está la cosa, hasta el día de hoy.

Así mismo la tristeza es una de las emociones que experimento la participante, la cual se fue alojando lentamente en su cuerpo, quedándose sola por un tiempo.

A mi dime que no quieres algo y ya no lo quieres, no importa pero eso me lo enseñó él, este me decía no sonrías y no sonreía pero era una tristeza era una tristeza, una soledad una cuestión de estar pensando en este en que pasara. Porque realmente era vida triste, ahora era una vida de soledad y no hablaba con nadie, no salía de la casa, y parte la gente no me quería, no tenía amigas no tenía a nadie porque aparte me dedique a trabajar no hacer amistades ¿no?

Claramente la violencia es un aprendizaje social donde el otro obtiene beneficios al someter a la otra persona. En México en la mayoría de los casos la manera de resolver los problemas es a través de la violencia ya sea física o verbal, en vez de hablarlos. Uno de los factores importantes en la violencia es la forma de educación que recibieron tanto las víctimas como los agresores. Ya que la violencia es importante considerarla como una herencia familiar, la cual pasa de generación en generación, la cual se debe de romper para llevar a cabo una vida digna, saludable porque la violencia es capaz de construir diversas enfermedades y consecuentemente la muerte.

CONCLUSIONES

*Hay cosas peores
que
estar solo
pero a menudo toma décadas
darse cuenta de ello
y más a menudo
cuando esto ocurre
es demasiado tarde
y no hay nada peor
que un demasiado tarde
Charles Bukowski*

Se puede observar que el objetivo de la investigación se cumplió satisfactoriamente recordando que la finalidad era: cómo se construye el afecto así como la construcción corporal después de la violencia. La historia de vida resulta de suma importancia en esta investigación, por medio de esta se pudo indagar sobre la vida de la participante, se recabaron datos como: su infancia, la relación con su madre, su matrimonio, la alimentación, las enfermedades que ha padecido, sus emociones y sobre todo los tipos de violencia que sufrió. Se observó que la participante construyó un cuerpo con múltiples enfermedades a partir de esta, tanto en la infancia por parte de su madre culminando en un matrimonio violento; donde este la lleva al borde de la depresión así como de las enfermedades ya antes mencionadas como los tumores en los pechos, la apendicitis, taquicardia, problemas en la vesícula así como en los riñones; con los sabores predominantes del dulce, picante y lo salado. La teoría de los 5 elementos nos habla de que estos componentes afectan de manera determinante un cuerpo, de cómo una emoción siguió su camino por el cuerpo y como esta fue afectando a los órganos.

La cultura juega un papel importante en la construcción del cuerpo, ya que si una mujer ha sido educada bajo la cultura machista cree que el comportamiento de su pareja es normal y que debe aguantar y que solo debe ser fuerte por sus hijos. Nuestra entrevistada es claro ejemplo de esta cultura, por años soportó a un marido infiel, golpeador y controlador, en donde ella solo servía para atenderlo. Una mujer sumisa que reprimía sus emociones por no despertar la ira del esposo. Donde la madre fue la principal transmisora de la cultura machista, aprendiendo los rasgos característicos de la mujer mexicana, es decir, la mujer sumisa y sufrida que solo sirve para el hogar. En lo que respecta a la construcción afectiva, se debe pensar primero en los padres, ya que el hijo aprenderá de ellos, lo emocional, los sentimientos, etc.; la falta del contacto (abrazos, caricias, etc.) y de palabras “cariñosas” por parte de la madre, hacen que la participante crezca con una fragmentación en el afecto, es decir, se construye una carencia afectiva que será llenada o sustituida por otras personas.

Cuando un cuerpo ha sido violentado constantemente por la persona que debe de protegerte, se construye una vida amarga, el cuerpo empieza a tener otro tipo de construcción, donde las creencias chocan con la realidad que se está viviendo, por ejemplo la perspectiva en la participante empieza a cambiar cuando ella tiene que salir a conseguir trabajo para poder mantener sus gastos y los gastos de sus hijas, porque el marido ya le ha negado el sustento. Las enfermedades empiezan a emerger de manera silenciosa, Teniendo como emociones predominantes la ira, la tristeza y el miedo, estas empiezan a sentirse en el cuerpo pero no pueden expresarse, por lo que se queda estacionada en un órgano, como el hígado, los pulmones, los riñones, etc. Existe una suficiente acumulación de sentimientos en el cuerpo de la participante que la actitud de la vida empieza a cambiar, sometiendo al cuerpo a la sumisión y a la espera de que la vida le indique el camino. se cree que es posible mantener un equilibrio en el cuerpo al ser violentado, pero se construye una enfermedad que comienza a degradarlo, ya no hay un respeto hacia el cuerpo, permitiendo que otra persona esté violentando el único espacio donde libre de vida. Cuando se presenta un desequilibrio corporal,

este sufre un desajuste, este se ve reflejado en las relaciones con los otros, por ejemplo, las relaciones de la participante con otros se construye con cierta violencia e insultos, también son construidas a veces del interés y de lo que la otras personas puedan ofrecerle.

Así mismo el peso de la sociedad de ser una mujer violentada hacen que el cuerpo se someta a los estereotipos y las creencias de una cultura mexicana sumamente machista por lo que el cuerpo se va fragmentando y entrando en un conflicto interno, el cuerpo nos pide que nos alejamos por supervivencia de una relación destructiva y el razonamiento nos dice que nos quedemos, que el amor mágicamente hará que cambie, sin embargo si la persona da un mayor peso al razonamiento descuidara al cuerpo y las emociones pasan a segundo plano, es decir, la espiritualidad quedará de lado, las emociones y los sentimientos estarán suprimidos, y solo se le pondrá importancia a lo estético.

Vivir una relación con violencia va más allá del acto de recibir golpes o humillaciones de la pareja, como ya lo mencionamos el cuerpo y la mente están de por medio, por ejemplo en la participante encontramos que el enojo, la tristeza y el miedo, gracias a la violencia por la cual es sometida día a día, se vuelven predominantes, sus emociones se desbordan, es decir, que la emoción la siente y la vive pero no hay forma de cómo expresarse, ya que la familia no le permite expresar sus emociones, por lo que el cuerpo va almacenando. Por ende la emoción se queda estacionada, que después la razón elabora como un sentimiento culminando en odio o resentimiento. Cuando se tienen acumuladas tantos sentimientos el cuerpo enferma y la percepción de la vida cambia.

Esta investigación permitió conocer a la violencia desde el enfoque psicosomático por el cual se puede proponer una diferente perspectiva de la misma. Se muestra como se concibe en la sociedad, dando una explicación de lo psicosomático a través de la historia de vida. Las circunstancias y las condiciones de cómo es, y la historia peculiar de la participante nos lleva entonces a entender

que hay un proceso de construcción en el sujeto de su violencia como la vivió. Por eso encontramos que el ácido, el picante y lo salado, son los sabores prevalecientes así mismo se observan tres emociones dominantes el miedo, el enojo y la tristeza, las cuales se conjugan con una persona violentada. Esta forma de violencia tiene como consecuencia en la construcción corporal enfermedades como: tumores en las mamas, taquicardia, apendicitis, problemas en los riñones y en la vesícula, varicela, rubéola y alergias; por ende se va construyendo un cuerpo fragmentado, es decir, por un lado lo corporal y por el otro la razón, esta última teniendo más peso. De acuerdo a la investigación las emociones son de suma importancia las cuales al paso de los años se fueron somatizando en la participante.

Con lo anterior mencionado en esta investigación se propone trabajar la violencia desde la perspectiva psicosomática, es decir, con una terapia corporal ya sea a través de los masajes psicoemocionales o acupuntura para despertar las emociones que se encuentran estancadas así mismo con la ayuda de una terapia psicológica para que la usuaria esté al contacto con sus pensamientos y aprenda a expresar sus emociones de forma correcta.

La violencia hacia la mujer ha incrementado, como ya lo mencionamos con anterioridad es vista como una actividad cotidiana entre los mexicanos. En donde la mujer debe ser sumisa y soportar absolutamente de todo, desde un marido violento hasta un jefe abusivo. Es importante saber cómo la violencia transforma a un cuerpo, los factores que influyeron y como el significado de amor puede cambiar después de la violencia, por ende creo que el cuerpo es el único que puede hacernos comprender cómo se da este proceso.

La violencia contra las mujeres representa un estrés continuo que produce alteraciones orgánicas, el rechazo y el odio, así como los gritos, regaños y golpes quedan registrados en la memoria del cuerpo, teniendo como consecuencia que la persona se encoge sobre sí misma y casi no se atreva a moverse. Aprenden a

controlar y suprimir sus emociones, las ocultan y las niegan por el miedo de la reacción de la pareja. A simple vista el cuerpo de una mujer que sufre violencia, es un cuerpo encogido, su mirada es distante y opaca. Inhiben sus deseos, así como sus impulsos y sensaciones.

Es importante señalar que la violencia está incrementando de una manera visible, la violencia intrafamiliar es uno de los actos que más se comete en nuestro país, así mismo debemos respetar y entender que la persona que vive con violencia está bajo un proceso de construcción, que no es fácil salir del círculo de violencia, las personas que han decidido salir de este círculo, debe empezar un trabajo corporal y no solo mental, debe de conocer que el cuerpo tiene memoria, debe hacer meditación, cambiar sus hábitos alimenticios, hacer ejercicio, y estar en contacto con la naturaleza, esto para que el cuerpo y la mente se reconecten. .

Finalmente si bien esta investigación trata de señalar cómo la violencia construye el afecto y al cuerpo, debemos de estar conscientes que a través de la teoría de los 5 elementos encontramos que se construye un proceso de miedo, depresión y de enojo. Así mismo las enfermedades relacionadas desde que se inició el matrimonio, son trastornos gastrointestinales, el cual está relacionada con la tristeza. El objetivo del presente trabajo no es sólo explicar cómo se construye un cuerpo después de la violencia sino de proponer una visión nueva en la erradicación de la misma, debemos mirar el cuerpo y las emociones en vez de solo centrarnos en lo cognitivo. Debemos abordar a la violencia desde lo psicosomático, educar al cuerpo de manera emocional, que las personas puedan expresar sus emociones libremente y sin prejuicios para que se puedan establecer relaciones sanas. Si escondemos nuestras emociones y las acallamos pensando que así estas van a desaparecer, se comete un error. Ellas seguirán ahí, solo que se hallaran encarceladas en el cuerpo, que a lo único que se conduce es a la confusión.

De igual manera se debe empezar por amarse a uno mismo para poder amar a alguien más, se debe trabajar con las emociones para así poder identificarlas y

aceptarlas, para después soltarlas, ya que las emociones no pueden ser controladas desde fuera, sino desde adentro de la persona. Para esto se necesita un trabajo corporal para no guardar resentimientos u odios y así poder construir relaciones sin reclamos y maltratos simplemente aceptando al otro tal y como es, la cual es la base de una relación sana. Es saber reconocer que el otro es un ser humano y no un objeto que nos pertenece, saber que el otro tiene metas y un proyecto de vida, decisiones propias y su propia historia de vida, cuando nosotros aceptamos a la otra persona tal y como es nos lleva a una relación sana y a compartir un camino en vez de cumplir deseos.

Bibliografía

Abelino, L. y Monroy, C. (2013). Violencia en el noviazgo, principales formas de violencia en parejas de jóvenes universitarios de la FES Iztacala. Tesis. Licenciatura. Psicología. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

Álvarez, J. (2003). Cómo hacer investigación Cualitativa. *Fundamentos y Metodología*. México: Paidós Educador, 103-126.

Audrey, M. (2000). La violencia doméstica: una nueva visión de un viejo problema. Barcelona: Paidós.

Cáceres, C. (s/n). *La teoría de los 5 elementos*. Recuperado el 02 de marzo de 2016 de:
https://www.google.com.mx/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&ved=0ahUKEwjNvbe8jMHLAhWltoMKHVxsBT8QjxwIAw&url=http%3A%2F%2Fwww.acupunturachina.com%2Fes%2Fnotas%2Fla-teoria-de-los-5-elementos.php&psig=AFQjCNG6JxZ0IJmiv3KpQtC3tceO_i2WSg&ust=1458076518355599

Castro, R. (1999). En busca del significado: supuestos, alcances y limitaciones del análisis cualitativo. En: Para comprender la subjetividad. Szasz y Lerner (comp.). El colegio de México, México. pp. 57-85.

Convención contra la tortura y otros tratos o penas crueles, inhumano o degradantes (1987). Recuperado el día 02 marzo de 2016 de:

<http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CAT.aspx>

Gil, R. E. y Lloret, A. I. (2007). La violencia de género. Barcelona: Editorial UOC.

González, C. I. (2015). La construcción de la violencia en la pareja. Tesis. Licenciatura. Psicología. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

Jiménez de Asua, L. (1942). Libertad de amar y derecho de morir. Buenos Aires: Ed. Losada, 80.

Le Breton, D. (1998). Las pasiones ordinarias. *Antropología de las emociones*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia del Distrito Federal. Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México. (2008).

López, R. S. (2006). *El cuerpo humano y sus vericuetos*. México: Porrúa.

López, R. S. (2011). *Carencia afectiva*. Estados Unidos: Palibrio.

López, R. S. (2011). *Lo corporal y lo psicosomático. Aproximaciones y reflexiones*. México: CEAPAC.

López, R. S. (2011). Los orígenes de lo psicosomático en México en *Lo corporal y lo psicosomático aproximaciones y reflexiones VII*. México: CEAPAC.

López, R. S. (2013). *La construcción de lo corporal y la salud emocional*. México. Editorial Los Reyes.

Navarro, A. R. (2004). *Mujeres mexicanas que sufren y aman demasiado*. México: Editorial Pax.

Ortiz-Barreda, G. y Vives-Cases, C. (2008). Violencia contra las mujeres: el papel del sector salud en la legislación internacional. *GacSanit*, 26 (05), 483-489.

Oteo, E. A. (2005). *Programa de Institucionalización de la Perspectiva de Género en la Administración Pública Federal* [En línea]. México: Instituto Nacional de las Mujeres. Recuperado el 02 marzo de 2016 de: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100564.pdf

Pérez, M. (1999). La violencia intrafamiliar, *Boletín Mexicano de Derecho Comparado*, 32 (95), 549-584.

Polit, D. F., Hungler, B. P. (2000). *Diseño y métodos en la investigación cualitativa*. México: McGraw-Hill Interamericana.

Reynaga, S. (2003). Perspectivas cualitativas de investigación en el ámbito educativo. *La etnografía y la historia de vida*. En Mejía, R. & Sandoval, S. (ITESO), *Tras las vetas de la investigación cualitativa. Perspectivas y acercamientos desde la práctica* (pp. 123-154) Recuperado el día de 02 de marzo de 2016 de <http://books.google.com.mx/books>.

Ramírez, J. (S.F). Prostitución infantil fenómeno de una sociedad indiferente. *Quórum legislativo*, 27-55.

Rosemberg, S. F. (2011). *Antropología de la violencia en la ciudad de México: familia, poder, género y emociones*, Tesis doctoral. Facultad de Filosofía y Letras, Instituto de investigaciones Antropológicas. Universidad Nacional Autónoma de México, México.

Stoudemire, A. y McDaniel, J. (2000). Psychological factors affecting medical conditions. En Restrepo Ochoa, D A; Lemos Hoyos, M; Richard Londoño, C. (2008). Revisión crítica del concepto "psicosomático" a la luz del dualismo mente-cuerpo. *Pensamiento Psicológico*, 4(10), 137-147.

Instituto nacional para las estadísticas geografía e informática (2000). Encuesta sobre violencia familiar. Documento metodológico y resultados ed. INEGI. México.

Velazco, E. (1997). Violencia intrafamiliar, mal social, mal universal. México Asamblea. Naciones unidad violence against women in the family, New York, 26 (3), 27.

Anexos

Anexo 1. Guía de entrevista

1. ¿Cuál es su nombre completo?
2. ¿Qué edad tienes?
3. ¿Cuándo tu mamá estaba embarazada de ti, sabes cómo fue su embarazo?
4. ¿Sabes que comía
5. ¿Fue cesárea o parto natural?
6. ¿Tuvo alguna complicación, cómo fue el tratamiento?
7. ¿Tus padres estaban juntos o separados cuando te concibieron?
8. ¿Cómo fue su noviazgo?
9. ¿Cuéntame cómo fue tu infancia?
10. ¿Recuerdas que te daban de comer?
11. ¿Tuviste alguna enfermedad durante tu infancia, cómo fue el tratamiento?
12. ¿Tenías amigos?
13. ¿Cómo fue tu educación?
14. ¿A qué edad conociste a tu marido/cónyuge?
15. ¿Cómo fue su noviazgo?
16. ¿Cuánto tiempo duraron como novios antes de casarse o juntarse/cuanto tiempo llevan juntos?
17. ¿A qué edad tuviste a tu primer hijo?
18. ¿Cambio la dinámica con tu esposo?
19. ¿Cómo es tu esposo?
20. ¿Qué es lo que más te gusta/gustaba de él?
21. ¿Cómo educan a sus hijos?

22. ¿Cuándo fue la primera vez que él te violento?
23. ¿Cómo actuaste?
24. ¿Después de eso cambió la dinámica en su relación?
25. ¿Cuándo te diste cuenta que esa forma de ser de tu pareja ya no te gustaba?
26. ¿Por qué no te separaste/por qué te separaste?
27. ¿Cuánto tiempo duró esa violencia?
28. ¿Qué tipo de violencia fuiste víctima?