



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA**

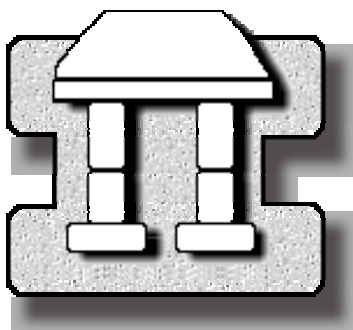
**LA AMIGDALITIS CRÓNICA COMO  
ENFERMEDAD PSICOSOMÁTICA**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A:**

**WENDY REYES SANABRIA**



**DIRECTOR DE TESIS: DR. SERGIO LÓPEZ RAMOS  
SINODALES: LIC. ARCELIA SOLÍS FLORES  
LIC. GERARDO CHAPARRO AGUILERA**

**TLANEPANTLA, EDO. DE MÉXICO 2004**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

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

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

# AGRADECIMIENTOS

A Jehová Dios por darme la vida y la oportunidad de vivir y estar aquí haciendo lo que me gusta

A mis padres Maria Sanabria y Arturo Reyes

Por su amor y apoyo incondicional, porque siempre los tuve a mi lado .

Mamá: porque admiro la forma en la que me amas, no tengo forma de agradecerte la vida que me diste, gracias por ser quien eres. Y por cambiar tu vida por tus hijos

Papá: siempre he admirado tu forma de trabajar y lo responsable que eres en todo, eres un buen ejemplo.

Yo sé que sin ustedes este trabajo no sería posible, así que es para ustedes.

A mis hermanos:

Erika: porque siempre me ayudaste en todo, sabes que parte de este trabajo es tuyo, gracias por enseñarme, cuidarme y soportarme tanto, te quiero muchísimo.

Jorge: porque tu carácter nunca deja de sorprenderme y aprendo tanto de ti.

Jessy: porque tu forma de ser me ha enseñado mas que los libros.

A mis amigos:

Irma: por ser mi amiga, confidente y enseñarme tanto a lo largo de esta vida, te quiero mucho.

Hugo: eres único y me enseñaste demasiado.

Verónica: porque fuiste mi primera amiga en la universidad y me enseñaste lo que no dicen los libros.

Raquel, Fabiola, Luz, Martha, chicas las quiero

Fernando González: porque fuiste una gran enseñanza en mi vida.

Y a todos los demás que saben que son mis amigos y siempre están en mi memoria:. Y que aunque no los menciono saben que me han acompañado a lo largo de mi vida.

A mis familiares:

Esperanza y Francisco (Abuelitos): los quiero demasiado y gracias por todo

Bernardo Sanabria: Eres mi ejemplo, y me siento orgullosa de que seas mi tío, gracias por tu apoyo.

Primos: Lety, Claudia, Cesar y Oscar, gracias porque siempre me ayudaron en todo lo que pudieron y a mi tía Ale, por enseñarme tanto de su vida. Son una gran familia.

A mis hermanos en la fe cristiana:

Que me brindaron su ayuda, su amistad y comprensión, sin duda su amistad es única, gracias por sus múltiples consejos.

A mis Profesores:

Lucina Jiménez: gracias por tu amistad, cariño, comprensión, tolerancia y eres mi maestra de la vida, porque tu ejemplo es mejor que la biblioteca.

A los profesores que dentro de la FES Iztacala son un ejemplo de que la buena docencia todavía existe dentro de la universidad: Fernando Herrera, Luis Estrevel, Margarita Chávez, Andrés Sánchez Moguel, Emiliano Lezama, Paty Landa, Irma Herrera Obregón, entre otros.

A mi alma mater la UNAM pórqueme dio una oportunidad única en mi vida.

A mis Asesores de Tesis:

Gerardo Abel Chaparro Aguilera: porque contagias tu alegría de vivir.

Arcelía Solís Flores: porque te esfuerzas todos los días por ser mejor.

Sergio López Ramos: porque me enseñaste que existe una posibilidad diferente de vivir, y gracias a ello pude recuperar la alegría de vivir, la capacidad de amar, de sorprenderme y de indignarme. Porque eres un maestro de la vida.

A la gente que generosamente me ha regalado parte de sus vidas para quedar impresas en un libro, a todas ellas gracias. Porque sé que sé el valor que se necesita para decir aquello que nadie sabe, aquello oculto o aquellos sentimientos más recónditos que son solo de uno. Gracias por compartirlos con todos.

“Deberíamos bailar en éxtasis por estar vivos y por ser parte del cosmos vivo y encarnado. Soy parte del Sol así como un ojo es parte de mi cuerpo. Que soy parte de la tierra, mis pies lo saben, y mi sangre es parte del océano. Sabe mi alma que soy parte de la raza humana...”

D.H. Lawrence

“Porque así como el cuerpo es uno, pero tiene muchos miembros, y todos los miembros de ese cuerpo, aunque son muchos, son un solo cuerpo. Porque el cuerpo, en realidad, no es un solo miembro, sino muchos. Si el pie dijera: ‘Porque no soy mano, no soy parte del cuerpo’, no por esta razón deja de ser parte del cuerpo. Y si la oreja dijera: ‘Porque no soy ojo, no soy parte del cuerpo’, no por esta razón deja de ser parte del cuerpo. Si todo el cuerpo fuera ojo, ¿dónde estaría el [sentido del] oído? Si todo fuera oído, ¿dónde estaría el olfato?. Si todos fueran un solo miembro, ¿dónde estaría el cuerpo?. El ojo no puede decir a la mano: ‘No tengo necesidad de ti’; o, de nuevo, la cabeza [no puede decir] a los pies: ‘No tengo necesidad de ustedes’. Antes bien, con mucho el caso es que los miembros del cuerpo que parecen ser más débiles son necesarios. No obstante, Dios compuso el cuerpo, dando más abundante honra a la parte a que le hacía falta, para que no hubiera división en el cuerpo, sino que sus miembros tuvieran el mismo cuidado los unos de los otros. Y si un miembro sufre, todos los demás miembros sufren con él; o si un miembro es glorificado, todos los demás miembros se regocijan con él”.

1 Cor. 12:12-26



# ÍNDICE

<b>Resumen</b>	01
<b>Introducción</b>	02
<b>CAPITULO I      AMIGDALITIS CRÓNICA: ETIOLOGÍA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO: MEDICINA ALÓPATA.</b>	<b>08</b>
1.1    Desarrollo de las amígdalas como parte del cuerpo: Embriología	08
1.2    Anatomía.	09
1.3    Fisiología	10
1.4    Amigdalitis crónica.	10
1.5    Diagnóstico	12
1.6    Tratamiento	14
1.7    Resultados	17
1.8    Pronósticos	22
<b>CAPITULO II      EL CUERPO CARTESIANO: PARADIGMA OBSOLETO Y EL SURGIMIENTO DE UN NUEVO PARADIGMA.</b>	<b>24</b>
2.1    Por qué hablar de René Descartes	24
2.2    Cogito, ergo sum (Pienso, luego existo)	25
2.3    El cuerpo Cartesiano y sus consecuencias	26
2.4    El legado Cartesiano en el pensamiento Actual	27
2.5    Surgimiento de nuevos paradigmas	29
2.6    La construcción de una enfermedad psicosomática.	30
2.7    Geografía	31
2.8    El aire	33
2.9    Alimentación	36
2.10   Familia	38
2.11   Religión	39
2.12   Estructura socioeconómica del país	41

<b>CAPITULO III</b>	<b>ANÁLISIS DE CASOS.</b>	42
3.1	Historia oral como necesidad para el estudio de casos.	42
3.2	Método	43
3.2.1	Sujetos	43
3.2.2	Escenario	44
3.2.3	Técnicas o instrumentos	44
3.2.4	Procedimiento	45
3.3	Resultados	45
3.3.1	Relaciones familiares	46
3.3.2	La importancia de la alimentación	55
3.3.3	Las emociones	60
3.3.4	Tratamientos	72
3.3.5	Resultados	80
3.3.6	Implicaciones de la enfermedad en su vida personal	84
3.3.7	Implicaciones con su familia	88
3.3.8	Sintomatología y otras afecciones	92
3.3.9	Por qué creen que se enferman	98
3.3.10	Cómo percibe su cuerpo, su persona	102
3.4	Análisis de resultados	105
3.5	Conclusiones	133
<b>Conclusiones</b>		142
<b>Anexo 1</b>		146
<b>Anexo 2</b>		148
<b>Anexo 3</b>		152
<b>Anexo 4</b>		176
<b>Bibliografía</b>		183
<b>Hemerografía</b>		190



## RESUMEN

Generalmente cuando se habla de enfermedades psicosomáticas, suele pensarse en enfermedades como la úlcera gástrica, bulimia, anorexia, o las relacionadas con trastornos nerviosos, e incluso el asma.

Se han intentado dar diversas explicaciones a estas enfermedades, pero al parecer muchas de estas explicaciones han sido insuficientes.

En la búsqueda de una lectura diferente del cuerpo y las enfermedades, la presente investigación analiza como la amigdalitis crónica -una enfermedad muy común en la mayoría de las personas, y de la que hacemos poco caso o no atendemos adecuadamente- tiene un proceso psicosomático, donde las emociones repercuten directamente en el estado de salud del sujeto, el espacio en el que vive, el aire que respira, los alimentos que ingiere, su forma de relacionarse con los otros, van construyendo de determinada manera una enfermedad, la forma de percibir su cuerpo e incluso su manera de vivir.

A lo largo de las entrevistas realizadas a 25 sujetos (15 mujeres y 10 hombres), se observa como un estado de ánimo repercute directamente en un órgano específico del cuerpo y cómo es que ocurre esto, y entonces cuando esto sucede, un estado de ánimo se manifiesta en la persona la mayor parte del tiempo, haciendo que su forma de vivir o de percibir la realidad cambie a partir de un padecimiento.

El presente trabajo pretende dar a conocer cuales son los factores que favorecen o disminuyen los síntomas de una enfermedad psicosomática como la amigdalitis crónica en niños y adultos, al final haciendo una propuesta para lograr un bienestar (o equilibrio) físico, mental y espiritual.

# INTRODUCCIÓN

“Por dolorosa experiencia, hemos aprendido que la razón no basta para resolver los problemas de nuestra vida social”

Einstein

Vivir mucho tiempo se considera deseable en la sociedad occidental, no importa cómo, sino que entre mas tiempo se viva, mejor. En nuestro país la esperanza de vida asciende actualmente a 74 años, lo que significa más del doble de los 36.5 años que en promedio vivía una persona en 1930.

A primera instancia creeríamos que la medicina ha logrado su objetivo: prolongar la vida. Pero aunque esto este sucediendo el aumento de suicidios ha incrementado, el índice de enfermedades crónico degenerativas también, el consumo de los llamados psicofármacos de igual manera, todo porque vivimos con el ideal de la cura, creyendo que existen medicamentos que sirven para todo, o si nos duele algo tomándonos una aspirina se nos va a quitar, callando así los mensajes de nuestro cuerpo.

El cuerpo humano ha tenido gran diversidad de formas de verse a lo largo de la historia de la medicina y la psicología. El campo de la salud se ha dividido y cada uno de los profesionales se ha encargado de atender alguna zona o parte de esa máquina compleja que es el cuerpo, es como si los profesionales se disputaran el cuerpo en cachitos de lotería, para jugar a la rifa de la riqueza, el mejor negocio es vender servicios, atender a los cuerpos ajenos, sin producir ninguna relación favorable para la vida, sin darle la oportunidad de desarrollarse y de crecimiento espiritual<sup>1</sup>.

La medicina escinde los sentimientos, emociones y pensamientos del sujeto, mientras que la psicología lo hace con el cuerpo, pues se ha regido por los mismos modelos de las otras ciencias y eso ha traído como consecuencia la fragmentación del cuerpo.

El mejor ejemplo lo tenemos en la súper especialización, actualmente si nos sentimos enfermos acudimos con el médico general, el cual se encarga de mandarnos con el especialista de “la amígdala derecha” y este, nos hace pensar que él es el que esta mejor preparado para entender el origen de nuestra enfermedad, cuando lo que ocurre es lo contrario. La fragmentación ha creado

---

<sup>1</sup> López, R. S. *Zen, Acupuntura y Psicología*. CEAPAC y Plaza y Valdés, México, 1997, p.p 230.

formas de vida donde existen formas específicas de nacer, crecer, desarrollarse, amar, odiar y hasta de morir.

Por otra parte, la psicología pretende encontrar respuestas en la mente, lectura que hasta ahora ha sido insatisfactoria, aun cuesta trabajo entender que el cuerpo no es una máquina que se descompone y se tiene que arreglar mecánicamente, sino que el cuerpo se desarrolla de acuerdo con la familia y la sociedad, cultura y espacio geográfico en la que se vive.

Conocer esos procesos nos permitirá poder cambiarlo, explorando nuevas opciones, ya que lo corporal se puede ver desde otra lógica que no es el dualismo cartesiano, y que nos puede dar una respuesta más satisfactoria a las enfermedades psicosomáticas. La mayoría de los problemas de salud –75%– está vinculado con problemas psicosomáticos<sup>2</sup>

Esto indica que no es un problema sencillo, es por eso que hoy en día hablar de salud no solo le corresponde a la medicina, sino a otras áreas, en este caso la psicología, sobre todo si conocemos cual es el concepto de Salud según la Organización Mundial de la Salud: “la salud es un estado de completo bienestar, físico, mental y social y no nada más la ausencia de la enfermedad o molestias”<sup>3</sup>.

Así es como podemos entender que la salud también es campo de la psicología, aunque los profesionales encargados de la salud generalmente se muestran muy interesados en enfermedades como el cáncer, diabetes, el SIDA, enfermedades que son las principales causas de muerte a nivel nacional o mundial. Sin embargo existen otras enfermedades que como sus síntomas se presentan con lentitud y la resistencia de nuestros cuerpos generan una sensación de bienestar y seguridad, reducen nuestra capacidad de acción, de hecho aprendemos a vivir con ellas en ocasiones sin percatarnos de ello. Tal es el caso de enfermedades o infecciones agudas del tracto respiratorio. Existe una gran controversia sobre el tratamiento médico y quirúrgico de estas enfermedades como la amigdalitis crónica, puesto que como no es una enfermedad mortal, no

---

<sup>2</sup> López. Ramos, S., Historia de una Psicología: Ezequiel Adeodato Chavez Lavista., México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 1997, p.p 138.

<sup>3</sup> Pérez Tamayo, R., *El concepto de enfermedad. Su evolución a través de la historia. Tomo II.*, México, Fondo de cultura económica, 1988, p.p. 215.

nos preocupa, si 'nos duele la garganta' creemos que es por el calor, el frío, el aire, la contaminación o cualquier otra cosa que esta fuera de nuestro alcance poder controlarlo. Y nos acostumbramos a vivir todo el año con esas molestias que produce una garganta irritada, dolor, comezón, ardor, halitosis, etc. Si se es niño se falta 1 o 2 días a la escuela cada vez que se enferma, en caso de los adultos solo se deja pasar el tiempo.

Sin embargo este tipo de enfermedades son responsables de mas del 10% de todas las visitas al consultorio médicos y del 50% de pacientes ambulantes que utilizan antibióticos<sup>4</sup>.

En México los casos de infecciones respiratorias agudas en 2002 ascendieron a 13,674,356, siendo los estados con mayor índice de casos: el Estado de México [1,366,565], Distrito Federal [1,260,990] y Jalisco [1,042,374].

En el caso de faringitis y amigdalitis estreptocócicas ascienden a 94,055 casos anuales, siendo los estados de la república con mayores índices: Jalisco [16,789] y Sinaloa [11,170]<sup>5</sup>.

Las cifras nos indican claramente que no es un problema sencillo o que solo una pequeña parte la población la padece, sino que es muy común y recurrente, se ha incrementado en comparación con los de hace 10 o 20 años.

De ahí que el objetivo principal de esta investigación sea la de conocer cómo la amigdalitis crónica se construye como una enfermedad psicosomática, se le conoce a "las enfermedades psicosomáticas, en sentido estricto, como aquellas cuya manifestación y desarrollo están bajo la influencia demostrable de factores psicosociales"<sup>6</sup>. Y si buscamos el origen etimológico *psico-somatico* hace referencia al cuerpo y a la mente al mismo tiempo [del prefijo psico-mente/alma y del sufijo soma-cuerpo] por lo tanto somatizar sería transformar los trastornos psíquicos en orgánicos y funcionales.

Para poder entender a la enfermedad de esta manera es necesario primeramente describir la etiología, diagnóstico y tratamiento que se le da a esta

---

<sup>4</sup> Thorn, G. W. y cols. *Harrison. Principios de medicina interna.*, México, Interamericana-Mc Graw Hill, 1991, p.p. 169.

<sup>5</sup> FUENTE: Sistema Único de Información para la Vigilancia epidemiológica.

<sup>6</sup> Luban, P. B. Y cols., *El enfermo psicosomático en la práctica.*, España, Herder, 1997, p.p. 1.

enfermedad desde el enfoque médico. Y como la lectura que se hace del cuerpo desde el enfoque médico ha dejado de lado las emociones, es importante conocer estos factores además de algunos otros que influyen en la construcción de una enfermedad. Esto se hizo a partir de los datos obtenidos a 25 personas que fueron entrevistadas. El análisis de estas historias orales se hicieron con la finalidad de encontrar cuales son los procesos que llevan a la construcción de la amigdalitis crónica como enfermedad psicosomática.

Esta enfermedad han matado a millones o han decremto la calidad de vida de otros cuantos. En ocasiones sin darnos cuenta, pues aprendemos a vivir con un padecimiento que parece 'normal' sin que lo sea, tal es el caso de la amigdalitis crónica, poco se habla de ella, pero una gran cantidad de persona la padece, basta con ver las estadísticas, entre las principales causas de la mortalidad en mujeres en México, las infecciones respiratorias agudas se encuentran en el 6º lugar con 6,585 defunciones, y en los hombres se encuentra como 9ª . causa de mortalidad con 7,625 defunciones en el año 2000.

Necesitamos un nuevo replanteamiento que nos permita elaborar un diagnóstico único para cada individuo, que dé tratamientos adecuados a éstos, evitando la extirpación de órganos, como medida mas sencilla y eficaz a corto plazo, pero mas perjudicial a la larga. Así que entendiendo cual es la problemática actual no podemos quedarnos solo en la creación de hipótesis explicativas, sino no debemos perder de vista la importancia de *hacer, de trabajar* con el cuerpo, no solo de los otros, sino empezar por el propio, así los resultados podrán ser no solo redactados, analizados u obtenidos, sino vividos y hechos propios.

Este trabajo se ha dividido en tres capítulos, en el primer capítulo se muestra la etiología, diagnóstico y tratamiento que se le da a la amigdalitis crónica, además de los resultaos obtenidos en ese campo y los pronósticos para los siguientes años. Se describe el papel fundamental que este tejido linfático asume dentro del sistema inmunológico. Se explica de manera sencilla y breve como identificar este padecimiento y los tratamientos más comunes empleados en la medicina alópata.

En el segundo capítulo se describe la epistemología del paradigma que rige la Medicina occidental y cuáles han sido las consecuencias. Así como los cambios

que han surgido en la nueva física y cómo eso influye en la forma en la que se percibe la enfermedad. Además se muestran algunos factores que influyen en una enfermedad psicosomática, como lo son la familia, las emociones, la alimentación, la geografía, la religión e incluso la política.

En el tercer capítulo comienza justificando el tipo de investigación realizada (cualitativa) y la importancia de la historia oral para el estudio de casos.

A continuación se muestran las entrevistas realizadas a 25 sujetos (15 mujeres y 10 hombres) con un padecimiento crónico de amigdalitis que va desde los 4 hasta los 51 años.

Las historias que se van escribiendo comienzan a cobrar importancia cuando las relacionamos con su padecimiento, sintomatología e incluso consecuencias. Se logra encontrar una relación órgano-emoción y viceversa con una emoción dominante (tristeza-ira) en todos los sujetos, que solo puede ser explicada por la teoría de los cinco elementos de la Medicina Tradicional China, por lo que se interpretan los datos obtenidos con base a esta teoría son dejar de lado los nuevos descubrimientos que apoyan la veracidad de esta teoría.

Todo lo anterior concluye en que una emoción dominante genera un cambio en nuestro organismo, una emoción, reclamo o enojo no expresado, genera problemas en la garganta. La percepción que una persona tenga de la vida, lo hace tomar una actitud ante ella positiva o negativa.

Cualquier emoción reprimida o no dicha genera síntomas. Nuestros cuerpos se enfrentan a una lucha entre lo cerebral y lo emocional, entre carnal y espiritual, su manifestación queda entre ellas, en la garganta, punto de articulación entre corazón y cerebro.

No debe existir un órgano u emoción que domine, el objetivo es que exista un equilibrio entre todos, armonía, así como la que se manifiesta en la naturaleza, pues nosotros pertenecemos a ella, así que aprendamos a incorporarnos de nuevo a esta, armonizando primero nuestro interior.

# CAPITULO I AMIGDALITIS CRÓNICA: ETIOLOGÍA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO: MEDICINA ALÓPATA.

“Restringir el acceso al campo del conocimiento a un pequeño grupo, mata el espíritu filosófico de la gente y conduce a la pobreza espiritual”

Albert Einstein

## 1.1 Desarrollo de las amígdalas como parte del cuerpo: Embriología

Durante la evolución, las células que componen el organismo humano se agrupan, adquiriendo una especialización en los diferentes órganos y sistemas. La protección del organismo es el resultado de la actividad conjunta de los órganos y sistemas en cooperación con el sistema nervioso.

El sistema inmunológico se adaptó para proteger al organismo contra la influencia nociva tanto del medio ambiente externo como del interno.

El organismo humano, como total viviente, es un sistema abierto, el cual no puede existir sin el medio circundante. Y desde que algunos agentes penetran en el cuerpo, o se originan en cualquier parte del mismo, el sistema inmunológico es un sistema dinámico, el cual no está estrictamente localizado, ya que las células que llevan a cabo su función, están entre las mas móviles.

El organismo humano está constituido de Tal forma que sus conexiones con el medio circundante, están mantenidas en alto grado mediante el sistema respiratorio y digestivo. En estas circunstancias, requiere la existencia de estructuras en los respectivos sistemas para asegurar una información adecuada acerca de la naturaleza de las sustancias extrañas que penetran al organismo mediante la vía aérea y digestiva. Es evidente que las amígdalas es el mas prominente entre estos mecanismos.

Las amígdalas son órganos linfoides que esencialmente tienen tres orígenes diferentes: en primer lugar, un componente epitelial que nace del revestimiento de la cavidad buconasal primitiva; en segundo lugar, este epitelio



nace en el tejido conectivo o estroma mesenquimatoso y es rodeado por él; en tercer lugar, la región se infiltra de células linfáticas.

El desarrollo de estas comienza durante la 4-5 semana del desarrollo embrionario. Después del nacimiento, las amígdalas continúan su crecimiento y hacen prominencia fuera de la hendidura original.

## 1.2 Anatomía.

Las amígdalas palatinas (también llamadas faucias) forman parte de un anillo de tejido linfático llamado Waldeyer.

Estas son unos cuerpos de tejido linfoide aplanado u ovoides pediculados, que están en unas fosas de la orofaringe posterolateral.

Las amígdalas pueden ser de tamaño variable, es en gran parte influenciado por la edad y el desarrollo del paciente y por la enfermedad. Las masas de tejido linfoide están presentes en el nacimiento y, en ausencia de enfermedad alcanzan su mayor tamaño entre las edades de 2 y 6 años. Este tamaño se mantiene hasta las edades de 14 a 20 años. Luego los tejidos disminuyen hasta que virtualmente no queda nada de tejido adenoideo y las amígdalas solo son pequeñas masas que descansan entre los pilares. En el adulto miden de 20-25 mm de longitud por 15-20 mm de ancho, y unos 12 mm de espesor, con un peso promedio de 1.5 gramos.

Las amígdalas palatinas limitan por detrás y adentro por el músculo palatofaríngeo o pilar posterior que se origina en la faringe caudal y se va a insertar en a aponeurosis del paladar blando.

La mucosa que cubre la amígdala entre ambos pilares amigdalinos forman unos pliegues variables.

Las amígdalas se hallan en relación directa con las arterias faríngea ascendente y palatina, y no suele estar en íntima relación con las arterias carótida externa e interna.

Las amígdalas y las adenoides junto con las amígdalas linguales, que descansan sobre la base de la lengua, forman un círculo casi completo alrededor de la porción cefálica de la laringe, esto es a lo que se conoce como anillo amigdalino de Waldeyer, este se forma a partir de la segunda bolsa branquial en relación con el tiempo hacia el tercer mes de la gestación. Algunos autores incluyen elementos linfoides relativamente menores, tales como las bandas faríngeas laterales, granulaciones faríngeas y el tejido linfóide del paladar blando y el ventrículo laríngeo.

### 1.3 Fisiología

La amígdala palatina pertenece a un grupo de estructuras de defensa en la vía aérea digestiva alta, que es el anillo de Waldeyer, los cuales están expuestos a los microorganismos transportados por el aire y los alimentos.

Específicamente las amígdalas, están destinadas en particular al transporte directo de material extraño desde el exterior a las células linfoides. Hay de 10-20 criptas, situadas de manera ideal para captar material extraño y transportarlo a los folículos linfoides.

Las células linfoides inmunológicas de la amígdala se han dividido en 4 compartimentos. Todos los linfocitos que llegan a la sangre penetran a las amígdalas a través de área extrafolicular por vía de la denominada vénula postcapilar.

### 1.4 Amigdalitis crónica.

La amigdalitis crónica es una entidad clínica controversial. Fisiológicamente, las criptas amigdalinas son nichos ecológicos en donde siempre hay gérmenes, tanto comensales como patógenos en potencia, y en tanto que no haya manifestaciones de enfermedad, son amígdalas sanas.

Por amigdalitis crónica se conoce como una inflamación persistente de las amígdalas tras una infección aguda recurrente o subclínica, una amigdalitis recidivante en que, en los intervalos asintomáticos, persiste alguna señal de actividad infecciosa, como aumento de tamaño de la amígdala por hiperplasia parenquimatosa, escurrimiento de pus de las criptas cuando se hace expresión de la amígdala, hiperemia periamigdalina o infarto ganglionar en el cuello. Los organismos patógenos responsables de la amigdalitis crónica son similares a los que ocasionan las infecciones agudas.

Puede considerarse que la amigdalitis crónica es resultado de la pérdida del equilibrio normal entre la amígdala y sus gérmenes huéspedes; aquella ha perdido su capacidad de defensa y sufre daño. La flora normal parece proporcionar al individuo una barrera resistente y eficaz contra muchos gérmenes.

El equilibrio entre estos gérmenes puede trastornarse por terapéutica antimicrobiana. El tratamiento antimicrobiano con penicilina puede estimular la adquisición de bacterias productoras de beta-lactamasa en la bucofaringe. El desplazamiento de la flora con aparición de gérmenes penicilinoresistentes explica el incremento de los fracasos de este producto en el tratamiento de infecciones bucofaríngeas.

El paciente con amigdalitis crónica habitualmente sufre dolores faríngeos recurrentes que son aliviados parcialmente con analgésicos. Puede haber episodios febriles de poca intensidad. Durante las exacerbaciones, pueden aparecer malestar, astenia y dolores articulares. Dolor en la garganta es el síntoma predominante de la amigdalitis y la disfagia puede ser de intensidad suficiente para limitar la ingestión tanto de comida como de líquidos. La temperatura bucal puede llegar a 40° C, el aliento es fétido y se presenta mal sabor debido a los detritus que llenan las criptas amigdalinas dilatadas.

Los signos de amigdalitis crónica son poco llamativos: el enrojecimiento del pilar anterior del paladar, que debe ser considerado como la expresión de una hipertemia reactiva y el infarto de los ganglios linfáticos del cuello, que pueden ser dolorosos. De mayor importancia diagnóstica es el dolor a la presión de los nichos amigdalinos, y es definitivo el escurrimiento de pus líquido de las criptas, pero su

ausencia no excluye la inflamación crónica. El tamaño de las amígdalas no constituye un criterio de infección. Hay amígdalas pequeñas muy infectadas y amígdalas grandes sanas.

Los títulos elevados de antiestreptolisinas habrán de mantenerse altos en forma constante o tener alzas y bajas para poder ser considerados como indicativos de infección.

Las complicaciones más importantes de la amigdalitis crónica son las llamadas enfermedades por foco de infección, especialmente la fiebre reumática y la glomerulonefritis.

No se conoce completamente el mecanismo de la génesis de la fiebre reumática, pero el modelo más aceptado considera que la infección estreptocócica produce anticuerpos contra alguno de los componentes de la bacteria. Para que apareciese la fiebre reumática sería necesario tanto la conformación genética especial como la infección estreptocócica.

La amigdalitis crónica se presenta sin predominio de sexo, es decir por igual entre hombres y mujeres, se puede presentar a cualquier edad, con mayor frecuencia en escolares, adolescentes, y adultos jóvenes. Se relaciona mayor con climas fríos o con cambios bruscos de temperatura, al igual que en lugares contaminados. Hay mayor relación con el hacinamiento, nivel socioeconómico bajo y mal nutridos.

## 1.5 Diagnóstico

Es meramente clínico, aunque se puede apoyar con cultivos faríngeos. Los criterios para la amigdalitis crónica son:

3 episodios por un año durante 3 años

5 episodios por un año durante 2 años

7 episodios por un año durante 1 año

La enfermedad comienza con cefalea y sensación de abatimiento. Pronto aparece fiebre elevada, precedida a veces de escalofrío inicial. En los niños, la

hipertermia suele ser muy elevada y desencadenar síntomas cerebrales tales como alucinaciones y en algunos casos crisis convulsivas. Existe dolor a la deglución desde el comienzo.

Clásicamente se distinguen las amigdalitis en dos grandes grupos: la angina roja y la angina blanca.

En la angina roja, las amígdalas se observan tumefactas enrojecidas, crecidas, con inflamación periamigdalina, pero sin exudado blanquecino. La angina roja permanece roja hasta que se resuelve. La mayoría de las anginas rojas se deben a infección viral.

Mientras que la angina blanca se caracteriza por presentar exudado blanquecino grisáceo. Es causada las más de las veces por estreptococos beta hemolíticos. Antes de que aparezca el exudado, las amígdalas presentan intensa inflamación difusa y los pilares aparecen enrojecidos y edematosos. A partir del segundo o tercer día se forman puntos blanco amarillentos debido a la supuración de las criptas amigdalinas (amigdalitis folicular). Los puntos blancos pueden extenderse a toda la superficie amigdalina cubriéndola con detritus formado por el epitelio desprendido, leucocitos y material necrótico (amigdalitis lacunar).

Generalmente la infección afecta por igual a ambas amígdalas palatinas.

Los estudios bacteriológicos pueden ser necesarios si hay duda del diagnóstico preciso.

Las amigdalitis agudas, tanto virales como bacterianas, suelen curar por sí mismas sin dejar huella; sin embargo, pueden ocasionar complicaciones, entre las que destacan el absceso periamigdalino, abscesos profundos en cuello y septicemia.

La difteria puede confundirse con la amigdalitis aguda estreptocócica porque los síntomas de dolor e inflamación local, disfagia, fiebre y exudado sobre la amígdala son comunes. Sin embargo, el progreso de la difteria es más gradual.

La fiebre escarlatina puede producir una amigdalitis membranosa idéntica a la amigdalitis simple.

Otras enfermedades que pueden producir amigdalitis pseudomembranosa son la agranulocitosis, leucemia, leucoplasia y pénfigo, al igual que un carcinoma

primario de amígdala; sin embargo, ninguna de estas enfermedades suele dar manifestaciones agudas.

## 1.6 Tratamiento

El tratamiento depende de la etiología. Si se identifica germen causal, debe tratarse con antibiótico de elección por tiempo prolongado. Puede ser útil la asociación de tópicos antisépticos bucofaríngeos.

Tratamiento Médico: reposo, líquidos, analgésicos, antitérmicos, antibióticos.

MEDICAMENTOS UTILIZADOS EN EL TRATAMIENTO DE LAS INFECCIONES DE VÍAS RESPIRATORIAS AGUDAS <sup>1</sup>			
Medicamentos	Presentación/administración	Dosis/ vía	Reacciones
Acetaminofen	Frasco solución 100mg/1ml Frasco jarabe 160 mg/5ml	Recién nacidos: 30 mg/kg/día, dividido c/4o 6 horas sus pasar de 5 dosis al día. Niños mayores de un mes:40 a 60 mg/kg/día, dividido c/4 o 6 horas, sin pasar de 5 dosis al día. Administración: diversa.	Contraindicado en pacientes con deficiencia conocida Hipersensibilidad ocasional. Hepatotoxicidad en sobre dosis.
Ampicilina	Suspensión 125 mg/5ml Suspensión 250 mg/5ml	100mg/kg/día: oral >7 días de vida: dividido c/12 horas de 2 a 4	Varían: desde dermatitis, hasta el choque anafiláctico.

<sup>1</sup> Cuadro obtenido de la norma Mexicana NOM-024-SSA2-1994 para la prevención y control de las infecciones respiratorias agudas en la atención primaria a la salud.

		semanas de vida: dividido c/8 horas por 7 días	
Penicilina	Frasco ampolleta 3 ml		Varían: desde dermatitis, hasta el choque anafiláctico.
Benzatinica (Penicilina Benzatínica)		Para mayores de 6 años o mayores de 25 kg.	Varían: desde dermatitis, hasta el choque anafiláctico.
Combinada	600,000 Unidades. Penicilina G potásica 1 frasco ámpula 300,000 Unidades Penicilina Procaínica 300,000 Unidades	Dosis única	Varían: desde dermatitis, hasta el choque anafiláctico.
Trimetoprim con sulfametoxasol	Frasco suspensión 40mgTMP 8mg de TMP/kg/día Suspensión 125 mg/5ml	200mg SMZ/5ml dividido c/12 horas por 7 días	Erupción cutánea que varía de leve a grave.
Amoxicilina	Suspensión 250mg/5ml	10mg/kg/día por 7 días	Varían: desde dermatitis, hasta el choque anafiláctico.

Actualmente existen en el mercado unas 160 presentaciones de antipiréticos, unos 86 presentaciones de antiinflamatorios y unas 736 presentaciones de antibióticos, a pesar de que la OMS solo recomienda la existencia de 250 sustancias para las enfermedades de todo el mundo<sup>2</sup>.

En caso de fracasar la terapéutica médica, puede estar indicado el tratamiento quirúrgico. Es importante no tomar en cuenta ni el aspecto ni el tamaño de las amígdalas.

Tratamiento Quirúrgico: amigdalectomía.

Ya en el siglo primero de la era Cristiana, Celso formuló el primer informe auténtico sobre esta intervención, de la siguiente forma:

<sup>2</sup> Vicencio Acedvedo D. *Irracionalidad den el uso de los medicamentos*. Guía del consumidor. Año 19, Num, 213, dic.1989. Citado en: *Qué es y cómo actúa la homeopatía. México, Médicos eclécticos, 1990.*

“Las amígdalas que permanecen induradas después de inflamación son llamadas antiades por los griegos; si se encuentran cubiertas por una membrana delgada, deben desprenderse por raspado a su alrededor y después de arrancarlas. Cuando esto no es posible, deben elevarse con un pequeño gancho para extirparlas con escalpelo. El seguida, es preciso lavar las fosas con vinagre y aplicar medicamento para reducir la hemorragia”

En el caso de ser necesaria la extirpación es necesario tener algunas indicaciones a seguir:

#### Indicaciones definitivas

- Amigdalitis crónica o agudas recurrentes
- Amigdalitis que producen convulsiones febriles
- Absceso periamigdalino
- Hipertrofia amigdalina que obstruya la respiración o deglución
- Portador de difteria
- Necesaria para la biopsia y definición de lesión tisular.

#### Indicaciones relativas

- Otolgia recurrente
- Restos amigdalinos voluminosos
- Enfermedad sistémica por infecciones por estreptococo beta hemolítico [fiebre reumática, cardiopatía, nefritis]

#### Contraindicaciones relativas

- Paladar hendido
- Infecciones agudas
- Menores de 3 años



#### Contraindicaciones definitivas

- Discrasias sanguíneas: leucemia, púrpura, anemia aplásica, hemofilia.
- Enfermedades sistémicas no controladas: cardiopatía, trastornos convulsivos.

#### Complicaciones de amigdalectomía

- Hemorragia temprana o tardía
- Se ha reportado neumonía, absceso pulmonar, atelectasia, septicemia.
- Paro cardíaco
- Infecciones

### 1.7 Resultados

La inflamación crónica de las amígdalas es uno de los procesos mas frecuentes dentro del servicio de Otorrinolaringología; se encuentran varios factores involucrados como: la edad del paciente, el estado inmunológico y la flora bacteriana existente.

La decisión de extirpar las amígdalas y adenoides en un niño no es fácil. Sin embargo probablemente es la operación más practicada en el mundo occidental. Pareciera que sólo una proporción de ellos tienen una indicación real para ser extirpadas. En el campo de la otorrinolaringología, la adenoamigdalectomía es la cirugía más común hecha en niños. . La indicación quirúrgica esta sujeta a controversia, existe una tendencia al mal uso y abuso de dicho procedimiento.

Se han hecho revisiones de 2,725 y 3,000 casos. Tan solo en Estados Unidos se operaron 250,000 casos al año, además de que este procedimiento representa en 19.5% del total de la cirugía Otorrinolaringológica<sup>3</sup>.

Un estudio reveló que dos tercios de ellos no fue justificado [Bader, 1978, citado en Kunkar,1990]. Paradise y cols. Han sugerido que menos del 10% de estos procedimientos quirúrgicos pueden ser justificados. Algunos autores han reportado que las amígdalas, son importantes para mecanismos inmunológicos, por ello es difícil decidir la indicación, ¿por qué? Pues porque la orofaringe es accesible para la penetración de infinidad de microorganismos. Desde el nacimiento se inicia el establecimiento de una flora normal en las vías respiratorias superiores. Los cultivos bacteriológicos de la garganta que se hacen antes de las doce horas en los recién nacidos siempre son estériles, pero al iniciarse la lactancia, empiezan a desarrollarse diversos organismos. Aparte de la flora normal, se encuentran microorganismos patógenos.

Las amígdalas, adenoides y otras estructuras de tejido linfático (amígdalas linguales, palatinas y ganglios correspondientes) que rodean la entrada de la faringe posterior, actúan como la primera línea de defensa del organismo (anillo de Waldeyer) a la entrada de virus y bacterias dañinos. Es como la avanzada de un ejército encargada de detener al enemigo. La nasofaringe es accesible para la penetración de muchos tipos de microorganismos. Al nacer se inicia el establecimiento de una flora en las vías respiratorias altas. La microflora de la cavidad bucal es compleja y contiene diversos tipos de anaerobios obligatorios.

La flora normal parece proporcionar al individuo una barrera resistente y eficaz contra muchos gérmenes. El equilibrio entre estos gérmenes puede trastornarse por terapéutica antimicrobiana, se ha comprobado que ampicilina, cefalotina, tetraciclina y cloranfenicol por vía bucal suprimen estreptococos hemolíticos alfa y estimulan la preponderancia de gérmenes entéricos gram negativos.

---

<sup>3</sup> Citado por Sosa Patrón G. En: *Adenoidectomía y amigdalectomía: Estudio comparativo de dos procedimientos quirúrgico administrativo*. Tesis de postgrado. México, 1986.

Los componentes del anillo de Waldeyer son parte del tejido linfoide que en el cuerpo tienen a su cargo el mecanismo de defensa contra la infección (Toral Maldonado, 1991).

Reportes recientes han demostrado que el tejido linfático de las amígdalas es un factor importante en la producción de inmunoglobulinas y linfocitos T.

Los resultados histoquímicos indican un defecto en la función inmunológica en los pacientes con amigdalitis crónica caracterizada por una inadecuada estimulación a la maduración local de las clonas B. También se ha demostrado relación estrecha con el estado nutricional del individuo. Estos estudios muestran la relación de amígdala y sistema celular mediador de la inmunidad y el papel tan importante que juegan las amígdalas en la inmunidad celular local.

Es importante determinar las repercusiones que puede tener en el sistema inmunológico el tratamiento quirúrgico, ya que ha sido tomado como un procedimiento inocuo sin tener bases para ello.

Se ha descubierto que es mayor la proporción de esclerosis múltiple en las personas a quienes se les han extraído las amígdalas que en sus parientes que no se les han extraído<sup>4</sup>. También se ha observado que la proporción de poliomielitis es mayor entre los niños a quienes se les han extraído las amígdalas que entre los niños a los que no se les extirparon. Informando sobre este asunto el Dr. R. S. Paffenbarger, Jr. Dijo que su investigación lo “llevaba a creer que la susceptibilidad a la poliomielitis es acrecentada por la tonsilectomía [amigdalectomía] per se”<sup>5</sup>. Apoyando su posición, The Merck Manual (1961) declara que “la evidencia reciente indica que los pacientes a quienes se ha efectuado la tonsilectomía están más predispuestos a desarrollar poliomielitis bulbar que los pacientes que no han sido objetos de tal intervención quirúrgica”.

Muchos agentes infecciosos tienen su vía de acceso al cuerpo humano a través de la mucosa nasofaríngea, respiratoria, genitourinaria o tracto intestinal bajo.

---

<sup>4</sup> Lancet, 18 de diciembre de 1965 citado en: ¡Despertad! 8 de Mayo de 1981.

<sup>5</sup> Annals of the New York Academy of Sciences (1955). Citado en ¡Despertad! 8 de Mayo de 1981.

La mucosa de la nasofaringe, amígdalas y adenoides es un tejido inmunocompetente que por su localización anatómica estratégica, está en íntimo y constante contacto con el medio externo y constituye el primer sitio de exposición a antígenos inhalados o ingeridos, además de ser el primer sitio de defensa, las amígdalas y adenoides pueden también estar involucradas en el desarrollo del sistema inmune humano.

Las amígdalas juegan un papel importante en la inmunidad local, por la gran cantidad de inmunoglobulinas detectadas en éstas.

Las amígdalas palatinas y en menor grado las adenoides, contribuyen al proceso normal de desarrollo inmunológico, su remoción durante el periodo de crecimiento puede comprometer subsecuentemente la respuesta inmunológica nasofaríngea, y por ende la inmunidad contra infecciones del sistema respiratorio.

Si las amígdalas y adenoides son removidas a edad temprana, ocurre una hipertrofia compensadora en grado variable, a partir de remanente del tejido linfoide, demostrando que el cuerpo necesita de tejido linfoide, y que estos están presentes con un propósito.

La mayoría de las amígdalas consideradas hipertróficas, son normales en tamaño, el resultado de la mala interpretación, es la falla en apreciar que las amígdalas son normalmente más grandes durante la infancia que en años posteriores a ella. La hipertrofia simple de amígdalas por sí sola no es una indicación de amigdalectomía en niños, ya que el aumento de tamaño en ellos probablemente sea un indicador de actividad inmunológica.

La amigdalectomía o adenoidectomía realizadas por la simple presencia de amígdalas y adenoides grandes, es condenable. Extirpar las amígdalas y adenoides sin indicación clínica franca es incorrecto.

Por otra parte es importante saber que el 90% de las infecciones que ingresan al organismo lo hacen por este puesto fronterizo y las estructuras linfáticas mencionadas, al intentar detenerlas, crecen y multiplican sus células para este objeto, por lo tanto si sacamos amígdalas y adenoides, o hay más facilidad para el ingreso de gérmenes o alguna otra estructura linfática debe suplir

su función. En este caso habitualmente los ganglios cervicales. Por lo anterior hay que pesar muy cuidadosamente la decisión de sacar estas estructuras.

Un último argumento es que las operaciones tienen pocas complicaciones, pero las tienen y en las mejores manos. Si no se justifica operar mejor no operar. La amigdalectomía puede ser algunas veces causa de hemorragias y complicaciones respiratorias.

La mortalidad oscila entre un rango de 1:10,000 y 1:100,000. el sangrado como complicación postquirúrgica ocurre en dos tiempos, el primero a las 2-3 horas y el segundo dentro de los 5 a 7 días postcirugía. Por mucho parece que más individuos mueren de complicaciones por amigdalectomía que de amígdalas enfermas.

Actualmente en nuestro país las infecciones respiratorias agudas ocupan el primer lugar dentro de las causas de morbilidad y como demanda de atención médica entre los menores de 5 años.

El 99% de los casos que se notifican afectan vías respiratorias superiores y solamente el 1% a vías respiratorias inferiores, como la neumonía y bronconeumonía.

Se ubican asimismo, entre las diez principales causas de defunción en la población general y dentro de las tres primeras causas de muerte entre los menores de 5 años.

Se ha identificado que en el proceso de enfermedad-atención-muerte relacionado con las infecciones respiratorias agudas, existe responsabilidad de la familia por no solicitar atención médica oportuna y del médico por no atender adecuadamente dichos casos.

## 1.8 Pronósticos

La amigdalitis ocurre con mas frecuencia durante el otoño tardío, el invierno y la primavera temprana, que durante el resto del año, lo que ocasiona que los niños falten a la escuela de 12 a 20 días o más debido a su enfermedad<sup>6</sup>.

Un gran número de niños en edad escolar buscan atención médica por sufrir amigdalitis, esto ocurre también en adultos jóvenes, pero en menor número, y es menos común en personas de edad avanzada.

Existen ciertos estados que predisponen a los pacientes a la infección amigdalina, como fatiga, exposición a extremos de temperatura e infecciones preexistentes de las vías respiratorias superiores.

El tejido linfoide de la mucosa orofaríngea es inmunocompetente por su situación anatómica y estructura histoquímica, por lo tanto las amígdalas son órganos inmunológicos. La necesidad de realizar una amigdalectomía o adenoidectomía debe ser racional en la selección de casos. La función defensiva de estas, es mayor en niños que en adultos. La atención debe ser enfocada al potencial efecto adverso a largo plazo. Por ejemplo, el nivel del anticuerpo IgA para poliovirus en la nasofaringe, disminuye significativamente después de la cirugía, particularmente en niños pequeños.

Si las amígdalas tienen todas estas características y se siguen extirpando de manera irracional, necesariamente se presentarán problemas de salud derivados de estas intervenciones quirúrgicas.

El médico alópata hace su diagnóstico y prescribe varios medicamentos (unos sintomáticos y otros etiológicos), para ello dispone de una gran variedad de ellos, que no corresponden a la variedad de sintomatologías presentes, sino a la gran proliferación de medicamentos que han salido al mercado, debido a los intereses de la industria farmacéutica.

Un médico en México para 1990 disponía en el mercado de 20,000 presentaciones diferentes, de las cuales 950 tienen principios activos útiles, a

---

<sup>6</sup> Ausband, J., *Enfermedades del oído, nariz y garganta. Guía para el médico general y el otorrinolaringólogo*. . Manual Moderno, México, 1978.

pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) solo recomienda la existencia de 250 sustancias para las enfermedades de todo el mundo<sup>7</sup>.

Así que el médico podrá recetar a su paciente una de las 160 presentaciones que hay de antipiréticos, uno de las 86 presentaciones de antiinflamatorios y uno o varios de los 736 presentaciones de antibióticos que hay en el mercado.

Con esto es muy probable que en apariencia mejoren los síntomas, con lo cual se suprime la enfermedad, la profundiza y la vuelve crónica, así dicha enfermedad muy probablemente volverá a manifestarse mas tarde, con otro conjunto de signos y síntomas. Y lo que queda por hacer es tratar quizá con los mismos medicamentos con diferentes presentaciones comerciales, o quizá se cambie de antibiótico por uno de amplio espectro, lo cual lleva a las resistencias bacterianas, lo cual provoca un círculo vicioso del cual es difícil de salir, hasta que llega el momento de optar por la extirpación.

Los antibióticos por supuesto que salvan vidas, pero las dolencias mas comunes como catarro, tos e incluso algunos dolores de oído, según un estudio escandinavo publicado en una revista pediátrica <sup>8</sup>se curan mejor con el método de “vigilancia y espera”, por lo que generalmente no necesitan ninguna intervención. Sin embargo el uso de antibióticos se esta generalizando a pesar de que la mayoría de las molestias por las que se prescriben son de naturaleza viral, por lo que un tratamiento con antibiótico no ayuda mucho. Como resultado tenemos la creación de microbios muy poderosos y resistentes alas medicinas disponibles. Ese uso desmedido causa infecciones recurrentes y algunos estudios recientes muestran que es dañino para la salud en general, si se tiene en cuenta que los antibióticos destruyen las bacterias buenas junto con las malas.

---

<sup>7</sup> Vicencio Acevedo D. *Irracionalidad en el uso de los medicamentos*. Guía del consumidor. Año 19. Número 213. Diciembre 1989. Citado en: Vicencio Acevedo D. *Qué es y cómo actúa la homeopatía*. Médicos Eclécticos, Michoacán México, 1990.

<sup>8</sup> Barbie Nadeau. Alternativas a los antibióticos. Citado en Newsweek en Español Vol. 8 no. 32.





## CAPITULO II EL CUERPO CARTESIANO: PARADIGMA OBSOLETO Y EL SURGIMIENTO DE UN NUEVO PARADIGMA.

“Un lego en matemáticas siente un misterioso estremecimiento cuando oye hablar de objetos de 4 dimensiones, sentimiento parecido al que despiertan los pensamientos sobre lo oculto. Sin embargo es casi un lugar común decir que el mundo en que vivimos es un continuo espacio-tiempo de cuatro dimensiones”

Albert Einstein

### 2.1 Por qué hablar de René Descartes

Descartes nació el 31 de Marzo de 1596 en La Haye, Turena, casi 100 años después de que Colón descubriera América (1492), 70 años después de que Magallanes circunnavegara la Tierra (1522) y alrededor de 50 años después de la publicación del *De Revolutinibus Orbium Celestium* (1543), en el cual Copérnico había propuesto que la Tierra rotaba sobre su eje y giraba dando una vuelta alrededor del sol central.

Durante su vida fue un brillante matemático, filósofo y físico. Fue el iniciador del racionalismo moderno, además fue quien enunció las leyes de la refracción y reflexión de la luz y fundó la geometría analítica. A la edad de 23 años de edad comenzó a formular un método que le permitiría construir toda una ciencia, una época, y sería la base de todas las ciencias: el método científico. Fue un genio en las matemáticas, cosa que refleja en todo su trabajo, incluyendo el filosófico.

Asiduo lector de la Biblia, para Descartes, Dios era un elemento esencial en su discurso filosófico, aunque los científicos que posteriormente desarrollaron sus teorías omitieron cualquier referencia explícita a la presencia divina.

Murió en 1650 aproximadamente 40 años antes de que Newton (1687) formulara las leyes de la mecánica de la gravitación universal.

Se le ha llegado a considerar como el fundador de la ciencia moderna, por lo que se le ha convertido en un hito en la historia de la concepción de la ciencia moderna, pues la ciencia, inicialmente se funda sobre principios cartesianos. Es

probable que hace tres siglos y medio, para avanzar en el conocimiento, fuera necesario romper con el aristotelismo y la escolástica, como hizo Descartes. No queda duda de que el paradigma de la ciencia clásica implica unos principios epistemológicos cartesianos (galileanos, luego newtoneanos).

Descartes escindió en el individuo lo material de lo espiritual, separando el alma del cuerpo, la mente del cerebro. Dejó establecidas las bases filosóficas del modelo biomédico vigente. Que terminó por explicar el fenómeno salud-enfermedad con una idea mecanicista y dualista. Por ello la importancia de analizar sus teorías para poder entender la problemática actual.

## 2.2 Cogito, ergo sum (Pienso, luego existo)

Pienso, luego existo, es el axioma característico de la racionalidad occidental. Este principio deduce que la esencia de la naturaleza humana se halla en el pensamiento, y que todo aquello que sea percibido por medio de los sentidos es cierto. La importancia radica en que sus nociones fundamentaron el paradigma médico mecanicistas que prevalece hasta la actualidad, basándose en un sistema dualista que distinguía entre la mente –cuya esencia es el pensamiento- y la materia -cuya esencia es la extensión corpórea en sus tres dimensiones-, y que estas dos entidades diferentes eran unidas únicamente por la sensación. Este dualismo cartesiano explica que el hombre se compone de dos sustancias distintas: *res cogitans*, sustancia pensante inextensa o mente y *res extensa*, sustancia corpórea extensa del cuerpo.

Descartes estaba convencido del mecanismo, por lo que se empeñó en demostrar que en el mundo físico todo puede ser entendido en esos términos. Sostiene que las mismas leyes y principios que rigen la operación de los eventos astronómicos, meteorológicos o geológicos, son suficientes para explicar el comportamiento de los órganos corporales.

Su idea era vincular la ciencia pura con la tecnología. La supuesta simplicidad e intuición cartesianas en realidad enfrentan las verdades universales

y abstractas del aristotelismo. El método cartesiano menospreció el empirismo y favoreció el racionalismo. El Mecanicismo trascendió el terreno de la física para ubicarse en otras disciplinas como la biología y la medicina, y explicarlas con un sentido reduccionista; se empleó para derrotar las antiguas concepciones basadas en explicaciones metafísicas, sobrenaturales, mágicas, religiosas, subjetivas y otras que se habían adueñado de la mente humana para explicar el proceso salud-enfermedad.

Los médicos y la medicina en general conceptualizaban el cuerpo del hombre como una máquina y la enfermedad como lo que provocaba su alteración. La tarea médica se constituyó en una práctica reparadora de los daños, todo con el objetivo de prolongar la vida del mecanismo biológico.

### 2.3 El cuerpo Cartesiano y sus consecuencias

Descartes bruscamente hace un lado a quienes creen que una 'psyche' o alma controla funciones tales como la nutrición, la digestión y la locomoción. Acuña un término: "Máquina corporal entera", la cual significa que el sistema nervioso humano puede ser visto como un mecanismo susceptible de investigación minuciosa, al igual que la estructura física del universo. La comparación entre el cuerpo humano y la máquina sobresaltó a algunos de los lectores de Descartes, sin embargo él estaba convencido de que el ser humano estaba compuesto de cuerpo y alma, dos entidades completamente heterogéneas, así lo leemos en el *Tratado del hombre*:

"Supongo que el cuerpo no es otra cosa que una estatua o máquina de tierra a la que Dios forma (...) que dispone en su interior todas las piezas requeridas para lograr que se mueva, coma, respire (...). Todas las funciones (...) no provienen sino de la materia y no dependen sino de la disposición de los órganos"

Descartes (1633:1650)

Así compara al cuerpo con un reloj, fuentes artificiales, molinos y otras máquinas similares. El mecanismo en conjunto es manejado por hilillos y tubillos de los nervios. Una gran cantidad de datos experimentales y observacionales condujeron a Descartes a la conclusión de que el punto de interacción entre el alma y el cuerpo debe estar en el cerebro. Estos convergen en una pequeña glándula: la Pineal. Para él allí radicaba la sede principal del alma, es decir, desde ahí el alma ejercía directamente sus funciones.

En resumen Descartes habla de dos teorías que, en el fondo, resultan incompatibles entre sí. La primera es la del *hombre máquina*, expuesta en la parte final del 'Tratado del alma'. En donde todas las funciones y comportamientos dependen de la disposición de los órganos en la máquina, no admitía un alma racional.

La segunda teoría es la de la *interacción alma-cuerpo*, que propone articular la máquina del cuerpo con un centro que gobierna de algún modo racionalmente. El hecho es que Descartes oscila entre estas dos teorías sin llegar a distinguirlas nunca. Para ser físicamente coherente, estaba de sobra el alma, pero la necesitaba para comprenderse así mismo y al cuerpo en su conjunto.

Cuando analiza las pasiones humanas, lo que hace es describir las relaciones sociales, pero disfrazándolas de movimientos naturales y mecánicos, ignora la mediación cultural e histórica. Se basa en el principio de completa manipulación y dominación sobre la naturaleza. Concibe la relación del hombre con el mundo como algo extrínseco, como puro objeto de conocimiento y de dominación.

## 2.4 El legado Cartesiano en el pensamiento Actual

Descartes estaba convencido de que sus sistema científico podría proporcionar beneficios prácticos que harían la vida mas valiosa y que pudiera finalmente hacernos "amos y poseedores de la naturaleza"<sup>1</sup>. Entre los otros

---

<sup>1</sup> Cottinham, J. *Descartes.*, UNAM, México, 1995, p.p. 229.

beneficios estaba la posibilidad de prolongar la vida y mejorar la salud física y mental. La clave para tal satisfacción, decía con frecuencia, “es el uso correcto de la razón y es de esto de lo que depende la ‘suprema felicidad del hombre’”.

Descartes se preocupó por convertir a la medicina en una disciplina mas precisa, ciencia que se ha interesado siempre por los problemas del cuerpo, mas que por los del alma.

Para el más sano desarrollo de las humanidades y las ciencias, es fundamental hacer una recapitulación de los problemas y soluciones dados por los grandes hombres de los siglos XVII y XVIII y muy particularmente de Descartes, el padre de la modernidad, para que podamos tener una mejor comprensión de las realidades que nos tocó vivir.

El surgimiento de la ciencia moderna nos permite cuestionarnos la visión dominante que ha sostenido la filosofía tradicional acerca del mundo, del hombre, de Dios, del conocimiento y de todos los parámetros culturales de hoy.

Como señalaron los ilustrados del siglo XVIII, el hombre mató a Dios y se convirtió en dios de sí mismo por medio del arte, la ciencia y la técnica, la teología fue reemplazada por la filosofía y la ciencia, la Iglesia por el Estado. En contraparte ahora el antropocentrismo caracterizó a la modernidad. Al explicar el mundo sobre la base de principios físicos y matemáticos el hombre y sus dolencias se alejaron de explicaciones sobrenaturales, al separar el alma del cuerpo, la iglesia permitió las investigaciones médicas sobre el cuerpo, pues antes se reservaba al territorio espiritual.

No cabe duda que “la ciencia moderna es el resultado de una profunda revolución del pensamiento humano: la revolución mecanicista”<sup>2</sup>. Es partir de esta revolución en la que se llegó a concebir a la ciencia como una estructura racional y materializada basada en la observación y la experimentación.

Se estableció así el paradigma científico natural que concibe a la enfermedad “como un proceso mecánico de materia y energía, cognoscible solo a

---

<sup>2</sup> Zuraya Monroy, N., *Razón y experiencia en el método Cartesiano.*, En: Benítez G. (et al) Reflexiones en torno a la ciencia de René Descartes. México, UNAM, 1993, p.p. 35.

favor de los métodos de la ciencia natural y no esencialmente distinto de los movimientos que constituyen la vida fisiológica normal del ser humano”<sup>3</sup>.

La problemática epistemológica de la modernidad, resulta particularmente importante hoy en día, ya que muchos profesionales de diversas áreas intentamos despegarnos de esos viejos paradigmas.

## 2.5 Surgimiento de nuevos paradigmas

La física ya ha comenzado por dejar atrás esos paradigmas, pues para la física actual, el universo ya no es un mecanismo gigantesco, no es un autómatas regido por leyes reversibles y deterministas.

La teoría de la relatividad comprende un enorme sistema filosófico que aumenta las reflexiones de los grandes epistemólogos. La meta de la ciencia aristotélica era explicar porqué pasaban las cosas, la ciencia moderna nació cuando Galileo empezó a tratar de explicar cómo es que pasan las cosas y dio origen al método que Descartes perfeccionó, el cual es la base de todas las ciencias.

De los descubrimientos de Galileo a Newton, en la siguiente generación surgió un universo mecánico de fuerzas, presiones, tensiones, oscilaciones y ondas. Hasta ese entonces no había fenómeno alguno en la naturaleza que no pudiera ser descrito en términos de leyes mecánicas.

Pero antes de que el siglo XIX llegara a su fin, se manifestaron ciertas desviaciones de estas leyes, desviaciones ligeras, su naturaleza era tan fundamental que todo el universo, una máquina para ese entonces, empezó a desmoronarse, ¿por qué?

Berkley, Descartes y Spinoza atribuyeron a Dios la armonía de la naturaleza, era lógico que así sucediera en una sociedad teocéntrica donde se suponía que toda la verdad emanaba de Dios, mientras que los físicos de hoy

---

<sup>3</sup> Ortiz, Q., F., Descartes y la Medicina, México, Mc Graw Hill, 2001, p.p. 33.

resuelven sus problemas sin recurrir a Dios (aunque cada día se vuelve más difícil).

En definitiva, la teoría científica actual es anticartesiana. No hay certeza absoluta posible. No hay un orden determinista universal, sino un universo de sistemas inestables a todas las escalas. No hay completa predictibilidad y manipulación del mundo. No es admisible la escisión del ser humano, sino que hay que concebir su unidad. “El ser humano entero, lo mismo su cuerpo y su cerebro que su espíritu, pertenece a la naturaleza, que ha generado condiciones para su despliegue”<sup>4</sup>.

Este nuevo paradigma sugiere un origen diferente de las enfermedades, pues el monopolio del saber médico ha sido destruido y la enfermedad es vista como algo más que puede ser causada por agentes que provienen del exterior o tienen un origen local (naturalismo de la enfermedad).

Sin embargo, en fechas recientes algunos aspectos “subjetivos” del enfermo han sido incorporados a la gama de indicadores para definir la enfermedad, y que han dado origen a nuevos conceptos para la Biomedicina, como la Medicina Psicosomática, donde se intenta explicar los aspectos biológicos, psicológicos, interpersonales y sociales de la vida del paciente, en un enlace etiológico entre la realidad interna –psique, emociones, conflictos- y la externa –signos somáticos, síntomas, cambios de conductas-<sup>5</sup>.

## 2.6 La construcción de una enfermedad psicosomática.

Las investigaciones actualmente se están orientando hacia lo que se denomina “proceso corporal”<sup>6</sup>, que explica que una enfermedad se construye a través de diferentes factores intrínsecos y extrínsecos a la persona que la padece.

---

<sup>4</sup> Gómez, G. P. El hombre cartesiano, una antropología esquizoide, En: *Evaluando la modernidad* Editorial Comares, Granada, 2001, p.p. 257.

<sup>5</sup> Helman C. Psyche, soma and society: The social construction of Psychosomatic disorders. Citado en: Mercado M. F., y Robles S. L. (comp.) *La medicina al final del milenio. Realidades y proyectos en la sociedad occidental*, México, Universidad de Guadalajara, Asociación Latinoamericana de Medicina Social, 1995.

<sup>6</sup> López Ramos, S. *Lo corporal y Psicosomático. Reflexiones a aproximaciones II*. Zendová ediciones. México, 2002. En este libro se muestra una explicación mas extensa de ese proceso

Una enfermedad se construye a partir de factores emocionales además de una realidad social y geográfica.

Nuestros pensamientos y actitudes influyen en nuestro organismo mas de lo que nos podemos imaginar, la revista polaca *Wprost*<sup>7</sup> dice al respecto: “los pensamientos y las emociones afectan a todos los órganos y sistemas vitales del cuerpo humano: los sistemas nervioso, inmunitario, hormonal, circulatorio y reproductivo[...] quienes llevan una vida llena de tensión padecen resfriados y gripes con el doble de frecuencia, incluso en el caso de las mujeres, las probabilidades de que queden embarazadas disminuyen en un 50% si están deprimidas”.

Así que para poder dar tratamiento a una enfermedad debemos conocer todos estos factores.

Los que se dedican al cuidado de la salud dicen que desconocen los mecanismos que desencadenan estas enfermedades, sin embargo existen patrones de comportamiento que se repiten en los pacientes, aunque las manifestaciones pueden variar, es posible abordar esta problemática teniendo en cuenta una gran cantidad de elementos.

No se trata de una relación uno a uno, sino que una enfermedad se produce de forma multicausal y multidireccional, es decir, la circunstancia o evento que a un individuo le produce un síntoma a otro individuo le produce otro o incluso ninguno, no pueden existir dos casos iguales en la construcción de una enfermedad, existen factores en común que influyen, interfieren, afectan o contribuyen al desarrollo de una enfermedad, pero en cada individuo será diferente, tendrá mayor o menor importancia, de acuerdo a la que él mismo le dé.

## 2.7 Geografía

La Geografía se une a la historia, lo que significa que sobre nuestro planeta se rozan sociedades cuyas condiciones de vida, civilizaciones, y por tanto

---

corporal. Sostiene que “el cuerpo es una síntesis donde confluyen el espacio y el tiempo de la realidad histórica-geográfica de una sociedad, [...] la cultura, la moral y la nutrición.”

<sup>7</sup> Citada en: ¡Despertad! 08 de Enero de 2004 p.p. 29



enfermedades, son tan diferentes como las que conocemos en los países avanzados y las que reinaban hace siglos.

La ciudad de México se encuentra situada al Sureste de la meseta de Anáhuac en la cuenca del valle de México, es considerada como una de las ciudades mas extensas y pobladas del mundo. Esta ubicada a 2240 m sobre el nivel del mar, tiene una extensión aproximada de 7860 km<sup>2</sup> y se encuentra rodeada por cuatro importantes cadenas montañosas (la Sierra de las Cruces, Sierra Nevada, Sierra del Ajusco y Sierra de Guadalupe).que impiden la libre circulación del aire.

Méndez y Zorrilla escriben en su libro de geografía que hacia el siglo I a.C. se asentó una cultura estable en Cuicuilco, en el sur de lo que ahora se considera el Distrito Federal, pero que con la erupción del volcán Xitle desapareció. Posteriormente con la llegada de los Mexicas en el año 1325 se fundó la ciudad de México-Tenochtitlan. Los españoles vieron por primera vez a la ciudad de Tenochtitlan el 8 de noviembre de 1519 cayendo en su poder el 13 de agosto de 1521<sup>8</sup>.

Los españoles hicieron más que descubrir Tenochtitlan; la cambiaron junto con sus habitantes radicalmente. La revista *Wilson Quarterly* publica una lista de las plantas, animales y enfermedades que se trajeron a América procedentes del Viejo Mundo entre ellas, enfermedades muy mortíferas, como la peste bubónica, la varicela, la gripe, la ictericia, el paludismo, el sarampión, la meningitis, las paperas, la viruela, la amigdalitis y la tos ferina<sup>9</sup>.

Los grandes grupos que poblaban América sufrieron un descenso demográfico catastrófico, debido, en gran medida, a las infecciones por microbios: enfermedades como la viruela, el tifus, la gripe y otras, todas ellas desconocidas en América antes de la conquista. Los indígenas eran vulnerables, desde el punto de vista inmunológico, a este conquistador invisible.

No cabe duda que actualmente después de casi 500 años de la conquista, los pobladores hemos desarrollado un sistema contra estas enfermedades, pero

---

<sup>8</sup> Gordillo H, D. *La contaminación atmosférica y el niño asmático en la ciudad de México.*, México, UNAM, Programa Universitario de Investigación en Salud, 1989, p.p. 16.

<sup>9</sup> Citado en: ¡Despertad! 22 de Marzo de 1992.

sin duda la degradación a partir de ese entonces no solo fue física, sino también de espíritu.

## 2.8 El aire

El aire, aunque invisible, es materia, lejos de ser algo aparte, constituye un componente más del sistema de la vida. Estamos siempre inmersos en el aire. Es un baño sutil, a veces desapercibido, vivimos envueltos en el aire. Es esa frágil capa de aire la que nos alimenta y nos protege, evita las extremas temperaturas del espacio exterior y filtra las radiaciones solares dañinas, absorbe, altera y recircula los muchos elementos esenciales para la vida [como el carbono y el oxígeno]. Por si fuera poco es a través del aire que recibimos la luz, el sonido y los olores que permiten comunicarnos con el entorno y con los demás seres vivos y por ende, llevar el tipo de vida que llevamos.

Sin embargo los cambios que se producen en su composición se producen muy aceleradamente. Pensamos en el aire como una sustancia, cuyas características y composición nos vienen dadas naturalmente como algo aparte. Y, en realidad, el aire no es nada aparte, es nuestra creación, la de todos los seres vivos. Cada día, grandes cantidades de aire son absorbidas por la materia viva y procesadas de varias formas.

El aire transporta muchas partículas en suspensión. En suspensión se encuentran virus, bacterias, fragmentos de hongos y esporas, algas, protozoos, esporas de musgos y helechos, polen, fragmentos de plantas, semillas, insectos, y otra microfauna.

El aire siempre está cargado de microorganismos, unos saprofitos y otros patógenos como pueden ser *Staphylococcus* patógenos. Aunque parece ser que el número disminuye cuanto mayor es la vegetación del lugar<sup>10</sup>.

---

<sup>10</sup> Peñuelas, J. *El aire de la vida*. Editorial Ariel. Barcelona, 1993.

Las bacterias y los virus son inyectados en la atmósfera a través de la acción ejercida por el viento y la lluvia sobre el suelo, el agua y las plantas, además de sobre las fuentes de origen humano.

En las atmósferas de interior, las gotas expulsadas del tracto respiratorio al toser o estornudar son fuentes importantes de bacterias y virus, tanto patógenos como inocuos. De forma accidental se pueden encontrar gérmenes que proceden de las vías respiratorias superiores del hombre, como estafilococos, estreptococos, neumococos, bacilos diftéricos, virus de la gripes, entre otros<sup>11</sup>. Esta flora accidental y patógena no suele encontrarse mas que cerca de las personas portadoras, ya que la mayoría de estas bacterias y virus sucumbe rápidamente en el medio exterior.

Lamentablemente siempre se han estudiado más los efectos del aire en las plantas que en humanos, debido a que las plantas tiene sus tejidos mas sensibles, ya que los cloroplastos están expuestos a 16 veces mas contaminantes que los tejidos alveolares humanos y animales.

Recordemos que la principal vía de entrada de los contaminantes en el cuerpo de humanos y otros animales es el sistema respiratorio, a través de la cavidad nasal, la faringe, la tráquea, los conductos bronquiales y los bronquiolos que terminan en bolsas de aire denominadas alvéolos (los cuales tienen una superficie efectiva de aire de unos 50 m<sup>2</sup>), en los cuales se difunde el aire hasta los vasos capilares.

Los problemas con el ozono no desaparecen al encerrarse en casa e en el trabajo, al contrario, si hay equipos generadores de alto voltaje [como máquinas de rayos X, lámparas ultravioleta, proceso de soldadura eléctrica, fotocopiadoras] y los locales no se ventilan adecuadamente, se superan los niveles recomendados por las autoridades sanitarias y ambientales.

Los PANs [Como se le denomina en la jerga común de los biólogos al CH<sub>3</sub> CO<sub>2</sub> NO<sub>2</sub>] irritan los ojos y las vías respiratorias hasta producir edemas pulmonares e importantes cambios estructurales de las células, que llevan a la bronquitis y al enfisema pulmonar.

---

<sup>11</sup> *Op. Cit.* P.p. 35.

Tanto en animales como en humanos se ha descrito cierta tolerancia al ozono, desarrollada después de una continua exposición a concentraciones notables. Si aumenta la concentración de vitamina E en la dieta parece que también se desarrolla una mayor resistencia.

El área Metropolitana de la Ciudad de México es una de las zonas con problemas de contaminación ambiental. Adicionalmente existen problemas importantes relacionados con la industria y el transporte

Los niveles más elevados de contaminación ambiental se presentan durante el periodo invernal que comprende los meses de noviembre a marzo y que se caracteriza por las bajas temperaturas, la escasez de lluvias y la presencia de la inversión térmica (que es un fenómeno en el cual una masa de aire frío se sitúa una de aire caliente, actuando como una bóveda que propicia la acumulación de los contaminantes arrojados a la atmósfera durante la noche y parte del día).

Los estudios previos realizados en otros países han documentado la asociación entre el ozono y el riesgo de enfermedades respiratorias<sup>12</sup>. En México se han llevado a cabo algunos estudios en este sentido, sin embargo estos han sido en poblaciones susceptibles como la de los asmáticos<sup>13</sup>.

Los mecanismos a través de los cuales estos contaminantes predisponen a infecciones respiratorias son todavía desconocidos; sin embargo, existen evidencias en estudios toxicológicos realizados en animales y en humanos de que la exposición a estos afecta el sistema inmunológico y que, puede alterar las funciones de los macrófagos alveolares, incrementando la susceptibilidad para contraer infecciones, lo que pudiera ser un factor necesario, mas no suficiente, en el caso de un agente infeccioso. En los últimos años, en la comunidad científica se ha despertado un gran interés por estimar los efectos que ocasiona la contaminación ambiental en la salud de la población<sup>14</sup>.

---

<sup>12</sup> Samet J. *Health effects of outdoor air pollution (part 1 and 2)*. Am Respir Crit Care Med. 1996; 153 p.p. 3-50. citado en: Téllez- rojo, M. Salud Pública no. 39. México. p.p. 513-522.

<sup>13</sup> Romieu I, Meneses F, (et al) Effects of urban air pollutants on emergency visits for childhood asthma in Mexico city. Am J Epidemiol 1995; 141. p.p. 546-553. . citado en: Téllez- Rojo, M. Salud Pública no. 39. México.

<sup>14</sup> Telles-Rojo, M. (et al) Efectos de a contaminación ambiental sobre las consultas por infecciones respiratorias en niños de la ciudad de México. En: Salud Pública Méx, 1997, No. 39.

El aire sin duda ha dejado huella en la sociedad mexicana. Antes era parte de un paisaje, ahora se ha convertido en un problema social y de interpretación sobre los problemas de salud. El aire no puede ir solo por la historia. Y se articula con la excesiva e incontrolada explosión demográfica, el desordenado asentamiento industrial, el constante aumento de vehículos automotores, pues se estima que el parque vehicular en la zona metropolitana es de 3 millones de automotores y crece con un ritmo del 10% anual. Actualmente se estima que se realizan alrededor de 36 millones de viajes-persona-día, de los cuales el 21.4% se hacen en automóvil particular<sup>15</sup>, el reducido número de áreas verdes arboladas y por último las tolveneras o tempestades de polvo que abanten las zonas urbanas sobre todo en época de secas.

La muerte y la enfermedad habita en el aire, los índices de muertes se relacionan con él, las enfermedades se le atribuyen al aire enrarecido y contaminado. Habitar en lugares que tienen una atmósfera poco oxigenada, predisponer a las enfermedades que dependen de la respiración (y como de esta dependen también la circulación) resulta que también se padecen enfermedades del aparato circulatorio. Sabemos que los individuos tienen cierta capacidad de respiración y que con ello la vida se prolonga y que el tejido sanguíneo es fuente de oxígeno que posibilita la oxigenación de las células, por lo tanto, si el aire es limpio, en el sentido estricto de la oxigenación, el cuerpo no tendrá problemas para poder tener una buena salud en vías respiratorias. Claro que no es el único factor, están la higiene y la alimentación entre otros aspectos a considerar<sup>16</sup>.

## 2.9 Alimentación

La alimentación ha sido modificada significativamente de unas décadas a la fecha. Pues se han dejado de consumir frutas y vegetales, en cambio se

---

<sup>13</sup> Departamento del Distrito Federal, Gobierno del Estado de México, Secretaría del Medio Ambiente, Recursos Naturales y Pesca, Secretaría de Salud. Programa para mejorar la calidad del aire del Valle de México 1995-2000. México, D.F.: DDF, Gobierno del Estado de México, SEMARNAP, 1996.

<sup>16</sup> López Ramos S., Notas para la historia del aire en el Distrito Federal. En: Novelo, V. y López Ramos, S., *Etnografía de la vida cotidiana.*, México, Porrúa, 2000.

consumen muchos productos lácteos, carnes, panes y pasteles, alimentos de los locales de comida rápida, tentempiés, frituras, salsas y aceites que están cargados de grasa, por lo que su ingestión puede provocar no solo obesidad, sino que se cambia la temperatura de las amígdalas (llegando hasta 40° C, provocando mal sabor y halitosis) y una temperatura bucal elevada llega a ser un excelente caldo de cultivos de bacterias que habitan las amígdalas, provocando un desequilibrio y produciendo dolor, inflamación e incluso infección.

Además la sociedad mexicana ha empezado a adoptar patrones de comportamiento de otros países, como la mala nutrición, donde se omiten las frutas y verduras y se prefieren los alimentos refinados en todas sus presentaciones, parece que entre menos natural y mas procesado sea el alimento es mejor, y la carne roja es vista como un estatus y modo de vida. La población en general se deja seducir por el glamour de la comida rápida y cada vez más estos autoservicios están mas cerca de nosotros. En los países industrializados y los no tanto [como México] las cadenas de comida chatarra se promueven como una muestra de afluencia y hasta con un sentido de pertenencia.

En algunos lugares, las frutas y vegetales son mucho más caros que las grasas, el azúcar refinado y la carne. Y es por esto que muchas familias debido a su escaso poder adquisitivo se ven en la necesidad de consumir los alimentos mas baratos, aunque no sean los que necesiten, pero las circunstancias los obligan a consumirlos.

Además muchas familias optan por hacer una llamada y pedir comida chatarra para ahorrarse el trabajo de cocinar, suceso que se está convirtiendo en una costumbre cotidiana. Y las consecuencias de este hábito a penas comienzan a asomarse, pues se empiezan a generalizar los problemas como la obesidad y los problemas relacionados con el sobrepeso, los demás, se están retardando debido a la capacidad del cuerpo humano de mantener un equilibrio, pero en algunos ya empiezan a verse otras consecuencias producto de este tipo de alimentación.

## 2.10 Familia

Es en la familia donde se aprenden los patrones de conducta, relación y convivencia con los demás. Es el primer grupo al que se pertenece y del que se adquieren los valores básicos. Es el núcleo familiar donde se aprende lo que es lo “bueno”, lo “malo”, lo socialmente “aceptable”, lo “permitido”, así como los papeles sexuales y los patrones culturales, entre muchas cosas mas, siendo de gran importancia para la formación del individuo. Es el medio a través del cual el individuo se sumerge en su cultura y aprende lo necesario para ser parte de esta, por ello, el tipo de familia en la que nace un niño (y el lugar donde se desarrollo esta) afecta las expectativas, roles, creencias e interrelaciones que tendrá a lo largo de su existencia.

Se concibe a la familia como un sistema social que por el hecho de vivir juntos comparten una historia formada por múltiples interacciones, tiene como características diversas idiosincrasias, tales como una forma de desarrollo, como se asumen y atribuyen papeles y reglas, una estructura jerárquica y patrones específicos de comunicación. Teóricamente la familia proporciona atención física, económica, afecto, actúa como modelo y punto de referencia para el análisis y el aprendizaje e influye tanto en las técnicas interpersonales como en la estructura central del rol de la propia identidad<sup>17</sup>.

No obstante lo anterior es relativo, ya que depende de muchos factores la forma en que se crea la familia, tales como: estructura familiar (monoparental o biparental), la influencia de la sociedad; como la fe religiosa y los antecedentes familiares (árbol genealógico), ya que esto último puede ubicar en algún status social a los individuos al nacer. Asimismo influye la ubicación geográfica y el contexto social donde surge dicha familia.

Es la vida familiar la que refleja en mayor o menor grado los conceptos de la sociedad. Es en el núcleo familiar donde se aprende a ver y sentir el cuerpo de determinada manera, por lo tanto, lo que se vive en la familia se registra en el cuerpo y se expresa por medio de un lenguaje psicosomático. Es aquí donde se

---

<sup>17</sup> Hilton, D. *Trabajar con los padres*. Editorial siglo XXI, México, 1988.

aprende qué es estar enfermo o sano. Y más aún de qué se puede enfermar y porque.

De ahí que sea de suma importancia el entorno familiar en el proceso psicosomático de una enfermedad. Así como se aprende a hablar, caminar y gesticular de cierto modo en particular, lo mismo ocurre con una enfermedad.

Podemos decir que en una familia es donde se construyen las enfermedades y la forma de expresarlas, debido a la educación e imitación entre los integrantes que la componen.

## 2.11 Religión

La religión es una forma de adoración que incluye un sistema de creencias, actitudes y prácticas. La historia de la religión es tan antigua como el hombre mismo.

La mayoría de las personas prefieren no hablar de este tema, hay un dicho popular que dice que “de religión y política no se debe de hablar”, sin embargo es necesario que abordemos este tema.

Se puede hablar de religión antes y después de la conquista de los Españoles, pero sería redundar en lo ya dicho por muchos. Solo voy a decir que antes de la conquista existía una religión politeísta, es decir, se tenían muchas deidades o divinidades a las cuales se les adoraba o rendía culto de alguna forma en particular, pero cuando se da el encuentro entre dos culturas [española y mesoamericana] se produjo una guerra, ya que en la mentalidad de los conquistadores prevalecía el espíritu de guerra santa en la Reconquista española contra los musulmanes en defensa del cristianismo, querían agregar a los indígenas al mundo del cristianismo, con ello justificaron su expansión colonialista y el sometimiento.

El cristianismo es una religión monoteísta que ha marcado profundamente la cultura occidental y actualmente es la más extendida del mundo, esta presente en todos los continentes y la profesan mas de 1700 millones de personas. En



nuestro país a la religión se considera un factor importante, ya que se enseña dentro de las familias como un sistema de creencias, tradiciones y determinadas observancias.

El cristianismo moderno afirma la disyunción inequívoca entre la salud y la salvación, abandona por decirlo así, los cuerpos a la medicina, para ocuparse únicamente de sus almas y en su discurso religioso anuncia la salvación sin incluir en ella la salud.<sup>18</sup>

Por otro lado es la religión quien ha implantado una moral en la sociedad actual y por la que nos regimos, con una moral dicotómica, es decir, solo hay bueno y malo, como dice Susana Vargas<sup>19</sup>: “la religión de los mexicanos se funda en concepciones tajantes y definitivas: lo bueno y lo malo, el sentimiento de culpa, el remordimiento, el pecado, la idea de la suciedad que nos inculcan los católicos por el hecho de haber nacido por el pecado original, la idea del sometimiento, el miedo, la angustia, especialmente para la mujer, la actitud de respeto ante una religión del patriarcado, el sufrimiento, la idea de fragmentar el cuerpo y alma como si fueran dos cosas separadas, son valores y creencias que encierra el catolicismo donde las opciones de vivir quedan plenamente mutiladas”.

Y que decir de las emociones y sentimientos, estos también se han subordinado a la religión, porque se han clasificado sentimientos como buenos y malos, el amor y la alegría se ven como emociones buenas, por otra parte el sentirse triste o sentir odio y rencor es visto como malo, por lo tanto hay que evitarlo y no decirlo ni expresarlo. Esas emociones que no se expresan de una forma verbal buscan una forma de expresión en el cuerpo, ya sea por un síntoma o una enfermedad. Como escribe Paula Reeves<sup>20</sup> “ el último lenguaje que le queda al cuerpo al cuerpo ignorado es el síntoma físico”.

---

<sup>18</sup> Laplantine, F., *Antropología de la enfermedad.*, Argentina, Ediciones del Sol, 1999.

<sup>19</sup> Vargas Evaristo S. *El cuerpo, la religión y la actitud para vivir.* En: López Ramos, S, (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II.*, México. Zendová ediciones, 2002

<sup>20</sup> Citada en: Durán, A. N. *Cuerpo, razón e intuición.*, México, CEAPAC ediciones, 2004. p.p 47.

## 2.12 Estructura socioeconómica del país

México es un país enfrenta grandes obstáculos en su desarrollo económico. La nación como nuestro cuerpo está también dividida: mientras el gobierno y los observadores financieros externos con base en sus indicadores nos repiten que la economía va bien, los trabajadores, amas de casa, empresarios, comerciantes, investigadores y académicos indican que las cosas van mal, pues se vive en un país con un grave retroceso social.

En México en los últimos 20 años, a partir del cambio estructural llamado modelo económico neoliberal, que en lo fundamental abarca los sexenios de Miguel de la Madrid, Carlos Salinas, Ernesto Zedillo y el gobierno actual, los problemas que existían antes se han gravado. Los mexicanos después de 190 años de vida independiente no hemos sido capaces de construir una estructura equitativa de la distribución del ingreso<sup>21</sup>.

La situación actual ha conducido al un progresivo proceso de descomposición social que se manifiesta en la pérdida de valores, falta de solidaridad y del el creciente individualismo y competitividad.

Los hogares de mas bajos ingresos representan el 40% de los hogares mexicanos y por supuesto son los pobres quienes tienen una posibilidad menor de acceder a los servicios de salud pública. Así que cuando no existen los medios económicos para asistir a un profesional de salud, quien padece el mal, tratara por sus propios medios de aliviarse o en su defecto esperara solo a que pase el tiempo esperando solo dos cosas: que su mal empeore hasta volverse crónico, disminuyendo aún mas su calidad de vida o esperar la muerte.

Las instituciones dedicadas al a salud pública en nuestro país están a punto de colapsarse y quebrar y parece no haber retorno, el paradigma bajo el cual se ha regido ha funcionado durante muchos años, pero hoy ha caducado, por lo que es necesario un cambio de paradigma.

---

<sup>21</sup> Gonzáles Tiburcio, E y Ávila Martínez, A. *Desarrollo y retos de la política social*. En: Economía informa. Revista de la Facultad de Economía UNAM. Número 288. Junio 2000.

## CAPITULO III ANÁLISIS DE CASOS.

“Si queremos saber que siente la gente: cuáles son sus experiencias y qué recuerdan, cómo son sus emociones y motivos, y las razones para que actúen de la forma en la que lo hacen, ¿por qué no preguntarles a ellos?”

G.W. Allport

### 3.1 Historia oral como necesidad para el estudio de casos.

El propósito de las ciencias físicas siempre ha sido proporcionar una imagen exacta del mundo real, sin embargo se ha visto a lo largo de la historia que este objetivo es inasequible.

Existe la posibilidad y necesidad de análisis desde distintas propuestas teóricas y metodológicas.

Durante muchos años ha existido una controversia en el campo de la psicología sobre la validez de los informes verbales, sin embargo si queremos saber que piensan las personas hemos visto que ha sido necesario acudir a estas para saberlo, no existe otro método por medio del cual podamos saberlo. “Las confesiones de un enfermo constituyen un medio privilegiado de conocimiento de la enfermedad, o mas bien de sus representaciones” , dijo Louis- Vincent Thomas en un prólogo para un libro<sup>1</sup>.

Las fuentes orales son documentos con una credibilidad diferente pues son subjetivas, pero las historias orales nos revelan no solo lo que pasó, sino su significado<sup>2</sup>.

De la oralidad, se pasa a la escritura, esto debido a que la escritura sirve para almacenar datos, para fijar la visión del mundo, para archivar las prácticas y representaciones de la sociedad en la que vivimos<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Laplantine, F., *Op.Cit.*

<sup>2</sup> Schwarstein, D. Fuentes orales en los archivos: desafíos y problemas., En: *Historia, antropología y fuentes orales. Apariencia y compromiso.*, no. 27, año 2002.

<sup>3</sup> Lienhard, M. *La voz y su huella.* Editorial casa de las Américas. La Habana 1990.

Existe una ruptura radical en la manera de concebir la realidad, de entenderla, de analizarla, de ahí que nuestra metodología empleada no sea de tipo cuantitativo, mas bien cualitativo.

### 3.2 Método

La metodología empleada es de tipo cualitativo, es decir que se concede mayor importancia a la cualidad de los eventos observados mas que a la medición y el control exhaustivo de variables.

Es importante conocer por medio del relato que transmite el sujeto, la interpretación que el propio enfermo daba a su enfermedad –en ausencia del médico- y del origen y del tratamiento o tratamientos usados, así como los resultados obtenidos y de cómo ha cambiado su vida y la de los que lo rodean a partir de su enfermedad.

Es una forma de abordar la realidad a la que nos enfrentamos como profesionales . Es una metodología que pretende ser congruente con el marco teórico.

#### 3.2.1 Sujetos

Los sujetos fueron en total 25 personas entrevistadas: 15 mujeres y 10 hombres con edades que fluctúan desde los 9 años hasta los 51 años. El único criterio de selección fue que tuvieran un padecimiento de amigdalitis crónica, es decir que se enferman por lo menos 4 veces al año de las amígdalas, y que aún las conservan.

El tiempo de padecimiento que va desde 2 años hasta 50, con un promedio de 16.68 años. El estado civil de los entrevistados tuvo la siguiente distribución: 12 soltero, 10 casados, 2 madres solteras y 1 divorciado. Las escolaridades máximas que los sujetos tenían en porcentajes son los siguientes: 32% terminó la

licenciatura, el 20% contaba con la preparatoria terminada, el 28% dijo haber terminado la secundaria y el 20% contaba con la primaria terminada.

Las ocupaciones de los entrevistados eran diversas, entre trabajadores (12), amas de casa (6), estudiantes (6) y solo uno de los entrevistados dijo no tener actividad alguna.

La mayor parte de los entrevistados tenían una residencia actual que corresponde al a zona norte del área metropolitana de la ciudad de México (23) y solo 2 tenían como lugar de residencia el distrito Federal<sup>4</sup>.

### 3.2.2 Escenario

Las entrevistas se realizaron en diversos lugares, de acuerdo a la disponibilidad del entrevistado y de la entrevistadora. Generalmente fueron en los domicilios del entrevistado o de la entrevistadora y solo dos entrevistas se llevaron a cabo en restaurantes.

### 3.2.3 Técnicas o instrumentos

Se hizo uso de la entrevista semi-estructurada, que permitió poder establecer un diálogo dirigido con el sujeto y nos permitió la obtención de datos<sup>5</sup>.

Las entrevistas fueron grabadas por medios mecánicos [grabadora] para posteriormente ser transcritas sin omisiones. Y los cassettes junto con las transcripciones literales guardadas en CD Room serán conservados para formar parte de un archivo oral.

---

<sup>4</sup> Para ver mas información, detalles y gráficos ver el Anexo 2

<sup>5</sup> Para ver el guión de entrevista ver el Anexo 1

### 3.2.4 Procedimiento

La entrevista se llevó a cabo con la persona en dos o tres sesiones con una duración de 60 minutos aproximadamente cada una. Se le comunicó a la persona el objetivo de la entrevista y se le pidió autorización para ser grabada y poder reproducir por cualquier medio esa información que respetará el anonimato en todo momento<sup>6</sup>.

### 3.3 Resultados

Para analizar la información obtenida en las entrevistas se hicieron categorías de análisis que se enlistan a continuación:

- Relaciones familiares
- La importancia de la alimentación
- Las emociones
- Tratamientos
- Resultados
- Implicaciones en su vida personal
- Implicaciones con su familia
- Sintomatología y otras afecciones
- Por qué creen que se enfermen
- Como percibe su cuerpo

Se hacen las transcripciones literales a las preguntas hechas con relación a estas categorías por cada uno de los entrevistados.

---

<sup>6</sup> Para ver un ejemplo de una entrevista completa véase el Anexo 3

### 3.3.1 Relaciones familiares

La familia es una parte importante en la constitución de un individuo, y no solo como persona, también en la construcción de su enfermedad, las vivencias que se tienen dentro de esta organización social básica perduran para toda la vida, es aquí donde se aprenden los usos y costumbres con relación a la salud y a al enfermedad.

También se gestan desde muy temprana edad las quejas y los reclamos, que van desde no ser el consentido de los padres, la exigencia de una mayor atención o cuidados que proveen los padres, el favoritismo, las alianzas, etc. De ahí que sea tan importante notar como en la construcción de una enfermedad como la amigdalitis crónica, la familia, o el significado que el sujeto enfermo le da a la familia resulta de vital importancia.

A continuación se presentan los fragmentos de las entrevistas donde cada uno de los sujetos concibe a la familia de una manera diferente, le da un significado y una vivencia personal que cobra sentido al momento de tratar de desentrañar el origen de una enfermedad.

**Tu eres el hijo mas chico, ¿eres el consentido?**

Yo digo que no, la consentida es Lisbeth, (su hermana)

**¿por qué dices eso?**

Le compran mas cosas, la tratan mejor

**¿cómo la tratan?**

La dejan que no haga nada y a mí es al que lo ponen a hacer

Mi mamá trabajaba y mi papá también y se la pasaban fuera, y cuando estaba chiquito había una señoras que se encargaba de nosotros, de las que mas me acuerdo era de Delfina y de la Señora Yolanda

**¿te sentías amado en tu familia?**

No, no

**¿por qué?**

Por que me ignoraban. Me sentía mal

Porque me siento hijo del lechero, bueno, me sentía, no encajaba

**¿eras diferente a tu familia o tu familia te ignoraba?**

Era diferente y mi familia ignoraba

**¿te sientes apegado a tu familia?**

No

**¿alguna vez le has reprochado a ella: a ti te quieren mas, o algo así?**

No, ¿para que?

**¿o a tus papás les has dicho alguna vez?**

Sí, sí se los le dicho

**¿qué te han contestado?**

Que no es cierto, que nos quieren igual... ¡mis calzones!<sup>7</sup>

sentía que mi hermano el que si terminó la carrera sentía como que era el consentido y ahora siento que es mi hermana como es la única hija y siento que sí.

**¿Y tus papas como eran con ustedes?**

Nos reprendían de pequeños, éramos muy traviosos, hasta la fecha, si me llegan a regañar, pero a golpear ya no, anteriormente si, de chicos, muy chicos si nos golpeaban

**¿te sentías aceptado, amado en tu familia, respetado?**

En parte si, yo creo que por un tiempo, por ese lado, si te disciplinan y todo, pero yo no creo que me sienta alejado de mi familia, que no me entiendan, hasta eso que si me llevo bien con mi familia.<sup>8</sup>

**¿quién es el consentido?**

Pues... quizá sea Karla (su hermana)

**¿por qué quizá?**

Por que en mi casa no se acostumbra mucho a consentir a la gente en el punto de mimarla y que se cumplan todos sus caprichos

En mi infancia yo me llevaba mejor con mi hermana Karla porque fuimos juntos a las escuela e hicimos varias cosas juntos

**¿por la edad?**

Sí eso nos acercó mucho.

realmente la adaptación con mis hermanas fue buena, siempre he sido una persona social, así que tenía muchos amigos, nunca me ha gustado ni me han criado así de estar con la gente de mi edad, siempre me ha gustado con gente de mayor edad y entonces eso no fue una gran necesidad, la cercanía con mi hermana la mayor suplió mucho eso, el lado intelectual, emocional, ella es muy fuerte y eso me acercó mucho a ella. Yo creo que era protegido de una manera en que una madre protege al menor, no creo que mas o menos, el clásico de llévate suéter, no llegues tarde. A mi me han criado con una actitud no de reglas, sino de actitudes

somos una familia unida cada quien sabe lo que piensa el otro y respetamos su propia individualidad. Entonces no había consentidos todos éramos diferentes, todos éramos muy queridos y no se me disculpaba cosas por ser el menor. Se me exigía a proporción peor no se me disculpaba mis errores me los decían muy claramente aunque no me pegaba n mis papas

nunca recuerdo un golpe de mi padre, mi mamá si a caso una leve nalgada

**por tu familia ¿cómo te sientes?**

También muy querido, en mi familia somos muy unidos pero de personalidades diferentes, pero me quieren mucho<sup>9</sup>

**Pero tu eres el chiquito ¿eres el consentido?**

Si

**pero digamos que tu puedes hacer prácticamente lo que quieras**

Si

**¿cómo consideras a tu familia?**

<sup>7</sup> "El enojón". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de enero de 2004 a un adolescente de 13 años estudiante del 1er. Grado de secundaria. Segundo hijo de 2, único varón que acude a psicoterapia por presentar serios problemas de rivalidad fraterna.

<sup>8</sup> "El indiferente" Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de enero de 2004 a un joven soltero de 19 años que es empleado, es el 4º hijo de 5. Suspendió sus estudios universitarios y piensa en reanudarlos algún día.

<sup>9</sup> "El independiente" Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de febrero de 2004 a un joven soltero que cuenta con 21 años y estudia y trabaja, es el hijo menor de 3.



Es estable, es unida, nos educaron de manera que nosotros, a ver por cada uno de nosotros, a ser individualistas entre nosotros, pero nos ayudamos y... nos queremos y nos ayudamos cuando tenemos problemas

**¿se quieren mucho?**

si, pero no somos muy demostrativos del cariño

**¿por qué?**

Así nos educó mi papá, o sea cada quien es individualista, cada quien ve por si mismo, y esta bien

yo desde un año hasta los 15 años no salí nunca de mi casa. nunca salí a jugar con mis amigos. Salí a jugar como cuatro veces porque mi papá no me dejaba

Bueno, jugaba con mi papá, me enseñaba a pintar, me enseñaba plomería, me enseñaba y me daba consejos todo el tiempo

todos mis hermanos son genios y toda la cosa, son genios y muy apegados a las reglas, a bueno: naces, creces, te reproduces y mueres o las reglas son para respetar, hay que respetar el sistema, no hay que buscarle mas, o sea, si tu trabajas vas a tener dinero, si tienes dinero vas a tener cosas y si tienes cosas vas a tener otras cosas. Entonces para integrarte al sistema debes de cumplir con las reglas.

tus papás y te llevarás muy bien con ellos pero siempre tendrán otra perspectiva, entonces hay cosas que les puedes contar y cosas que no, entonces ya en ese rollo todos mis hermanos me tacharon de burro y solo el único que me echó la mano fue mi papá.

sea éramos 7 y yo el más chiquito y como que ya no causaba tanta sensación, no en el sentido, bueno, causaba sensación en el sentido de que era chiquito, bonito, pero no en ese sentido de las cosas que hacía yo, las cosa que hacía no eran tan reconocidas porque ya habido 6 personas antes que yo que ya habían pasado por ahí.

y yo a mi papá lo quiero mucho<sup>10</sup>

*aquí me ayuda de todo, con su papá se va a trabajar cuando puede  
yo soy mas cariñosa y mis esposo no es tan apapachador y eso a él le encanta. Vamos en la calle agarrados de la mano  
mi marido nos llevaba mucho a pasear a conocer muchas partes  
siempre lo he querido mucho, desde antes de que naciera me daba mucha lata<sup>11</sup>*

yo fui el pilón, porque mis hermanos están así seguiditos y hubo un pequeño desfase  
Fui el pilón, ya ni modo.

mis padres, pues bien, me dieron todo lo que pudieron. Mi infancia pues bien, realmente tengo pocos recuerdos de mi infancia. Mi madre yo creo que si me sobreprotegía, ahorita no es una excusa, pero a la larga como que te vas dando cuenta, ya ves que soy el hijo menor, el sobreprotegido, y todas esas cuestiones que a la larga Te vas dando cuenta y dices: no manches, toda esa sobreprotección te va amolando, en mi caso si me va jodiendo, porque ya después ves a tu hermano mayor y ves que él recibió otro tipo de educación y tienen otras ideas, otras cuestiones, otra forma en la que se fue desarrollando, y yo por esa sobreprotección que sentía no te da el empuje, como ya lo tienes todo y todo te lo dan en la mano, como que nada mas la extiendes y ya, dame, dame, dame. Pero cuando te das cuenta realmente, bien cuenta de ello como que dices: no manches, esta terrible y es cuando te pones a chambear y te poner a estarle dando y dando, porque dices: yo quiero ir en contra de todo esto, en contra de que llevaste este tipo de educación que nada mas extiendes la mano y dices: no es lo que yo quiero

<sup>10</sup> "El raro" Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de julio de 2003 a un universitario de 24 años, soltero que trabaja ha postergado su titulación varios años, es el hijo menor de 7. Ha estado en diferentes terapias psicológicas y admite tener serios problemas para entablar relaciones de pareja

<sup>11</sup> "El cariñoso" Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de diciembre de 2003 a la madre del joven, ya que este presenta retardo en el desarrollo y habla con cierta dificultad. Ambos estuvieron presentes durante la entrevista y contestaron las preguntas. El joven es el 2do hijo de 2, vive con los padres y son ellos quienes se hacen cargo de él, actualmente tiene 25 años y no acude a la escuela ni tiene un trabajo remunerado, sin embargo coopera con las labores de la casa y sale solo cerca de la casa.

mi infancia que me sentí muy sobreprotegido, que si mis padres me dieron una educación excelente y yo me quito el sombrero ante mis padres, por la forma de entregarse y partirse la madre por todos nosotros, sus hijos, desde luego muy tremendo.

**Y ¿cómo te sentías? ¿Aceptado por tu familia o relegado por ser el más chico? ¿cómo te sentías?**

Protegido por mis hermanos, mis hermanos me protegían mucho... amado<sup>12</sup>

Pues yo defendía a mi hermano cuando éramos niños. Somos muy diferentes, radicalmente diferentes,... es una competencia no directa ni abierta, mas bien encubierta

**¿ha habido preferencias por algún hijo?**

Nunca, pero regularmente los familiares dicen que soy yo, pero yo creo que por ser el menor me protegieron un poco mas y a raíz de un accidente pues mas

**¿esa situación hizo que te cuidaran?**

Sí, que me consintieran, aunque yo no lo veía a sí, siempre nos dieron lo mismo, nos compraron los

mismos juguetes y mas mismas cosas

La relación con mi madre ha sido muy buena

Pues de niño me sentía muy protegido porque cualquier situación que tenia, él ahí me protegía mucho

yo era muy consentido, muy protegido. No me la pasé mucho tiempo solo,

yo creo que si de niño todo me aplaudían, y siempre lo que han hecho es aplaudirme. Me agrada, pero no sé como describirla en este momento pero si me gusta,<sup>13</sup>

mi mamá es la que siempre nos dio todo

**¿cómo viviste eso de no tener papá?**

Umm... pues era difícil en su momento, difícil porque cuando lo necesitábamos o cuando lo necesité no estaba conmigo

**¿en que momentos lo necesitaste?**

Mas que nada en mi niñez, porque vas a la primaria y muchos se burlaban, se me hacía muy difícil que se burlaran de mi

me crió mi abuelita, mi abuelita, le debemos todo, la infancia la viví con mis hermanos, con mi hermano oscar y amigos que tenías en ese entonces que era alo mejor el distraernos, el andar en la calle no nos hacía tanto efecto de estar pensando que necesitábamos a nuestro papá,

**¿cómo te sentías, amado, aceptado o rechazado, maltratado?**

Aceptado.. no sé. Siempre yo tenía eso de que mi abuelo no me quería a mi. de que siempre le daba preferencia a Oscar, ¿por que? Nunca lo supe, nunca me lo dijo

**¿se lo preguntaste?**

nunca, siempre hacía distinciones con oscar y conmigo, como que a él lo quería mas, no lo entendía, como que no lo entendía porque para todo me rechazaba, mi abuelita, mi mamá, aquí en la casa no, ellos no

a mi papá sentí que lo necesité mucho, pues deseos de verlo, pues cariño, amor yo pienso que lo sentía necesidad de verlo, de que nos aconsejara, no sé, amor nunca he sentido por él, cariño, ni eso<sup>14</sup>

mi papá siempre nos llamaba la atención luego por como dejábamos las cosas, que éramos desordenados

**¿quién era el consentido o no había consentido?**

<sup>12</sup> "El sobreprotegido". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de diciembre de 2003 a un joven de 25 años, soltero, estudiante universitario, es el hijo menor de 4.

<sup>13</sup> "El consentido". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de enero de 2004 a un joven soltero, docente de bachillerato con estudios universitarios, es el hijo menor de 2 y tiene 26 años.

<sup>8</sup> "El violento". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de febrero de 2004 a un varón casado de 32 años, insatisfecho con su vida familiar. Es el 2do hijo de 4.

Pues... yo creo que Saúl (su hermano), porque... no sé...

**¿tu como te sentías cuando eras niño? ¿amado, relegado, te sobre protegía, o dejaban hacer lo que querías? ¿cómo te sentías?**

Como que me hacían a un lado, hubo mucho tiempo en que ... cuando empiezas en la pubertad y cuando estas en la secundaria, pues.. te pones a pensar o tratar de dar amor a tu mamá, y como que te rechaza, entonces es un rechazo de tu parte, no piensa uno en ello, pero ya no es afectivo uno, ya no hay abrazos o cosas así, se quedaron en el pasado salíamos mucho como familia, nos llevaban mucho a pasear, mi papá jugaba mucho con nosotros,

También cuando me casé no fue la gran felicidad, discutíamos mucho tuve una infancia muy fea, no lo sé a la mejor por eso, siempre me sentí que me hacían aun lado.

**¿Quien te hacía un lado?**

Mi mamá, no lo sé, tal vez era mi percepción, no se si sea lo correcto, pero yo así me sentía<sup>15</sup>.

Cuando nos cambiamos a ciudad Azteca y yo tenía 6 años, ahí cambio todo, mi papá se hizo muy seco, dejó de convivir con nosotros

**¿A que se debía?**

Quiero pensar que los problemas con mi madre

**¿Tenían problemas de pareja?**

Sí, lo alcanzaba yo a percibir, dejo de jugar con nosotros, por estar ellos con sus problemas, creo que afectó la falta de atención a nosotros. Por un lado mi madre nos protegía, nos cuidaba y nos permitía salir a jugar, y o creo que era como un desahogo, pero ya en plan para convivir ya como hijos con los padres, ya no, entonces eso para mi sí fue triste, siento que tuvo sus consecuencias

**¿Cómo cual?**

El no haber una buena comunicación con los padres, al no haber una buena comunicación yo creo que se vienen problemas, se cierra la comunicación, falta de atención, tiene unos sus presiones, empieza uno a guardar las cosas, empieza a guardarlas, se hace uno reservado, también en la escuela no fuimos buenos estudiantes, ninguno, pasábamos por compromiso, yo creo que se reflejaba en la escuela.

yo tenía cuando ellos se separaron... 13 años. Para mi fue traumático porque yo quería mucho, yo seguía mucho a mi padre y mi madre era lo máximo era mi fortaleza, y cuando ellos se separaron fue terrible porque me sentí desprotegido, ¿con quien me iba? ¿Con melón o con sandía?

yo quería retenerlos. Cuando nos iba a ver que iba a darle su gasto a mi mamá, de ida para mi era emocionante, porque lo veía me tranquilizaba, pero el problema era el regreso, yo decía: ¿No hay forma de que se venga con nosotros? ¿O no hay forma de que mamá se quede con nosotros? Porque yo quería que se juntaran y le decía a mi mamá

Que yo era el consentido de mi padre

**¿Cómo podrías describir a tu familia?**

Tranquila, pero que se guardaba los problemas, no los expresaba, los problemas los callábamos, tratar de mantener la fiesta en paz, a veces funcionaba, pero no siempre, un problema no se podía ocultar.

yo el mas chico de los hombres tenía que estar yo al pendiente<sup>16</sup>

me enojo con mi mamá

**¿por qué?**

Porque no me entiende

<sup>15</sup> "El abandonado". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de marzo de 2004 a un varón divorciado que se hace cargo del cuidado de su único hijo, actualmente vive con sus padres y es el 2do hijo de 5.

<sup>16</sup> "El reclamo". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de octubre de 2003 a un varón de 35 años, es el 5to. hijo de 6. esta casado desde hace 7 años, no tiene hijos y tiene una mala relación de pareja.

**Como que cosas no te entiende?**

Cuando yo digo una cosa ella dice otra<sup>17</sup>

**¿cómo fue tu infancia?**

Horrible, horrible. No, fue bonita, fue bonita porque me dieron todo, me dieron cariño, fue un poco traumática alo mejor porque a mi mis tíos no me querían porque como fui el domingo 7 de mi mamá. Entonces como que estaban contra mi. Entonces como que uno siente cuando no lo quieren, y a mí como que no me querían, porque a mis primas las traían aquí y allá y la sobrina y a mi no.

**¿tienes algún rencor con ella? (con tu mamá biológica)**

Antes si, ahorita como que ya no, a veces yo pienso que si ella se hubiera quedado aquí, no, no hubiera pasado por todo lo que pasó, y si ella se hubiera quedado aquí a lo mejor pues hubiera encontrado otro hombre que nos hubiera querido a las dos, o a lo mejor tendría yo un papá medio cuete, pero que si me hable y estaría yo con ella, pero prefirió irse con él. Ella se embarazó y así como se embarazó pues prefirió irse, porque hasta irresponsable y su suegra le decía que dejara a la niña y que se fuera con él, pero un día se fue con él y un día regreso y venía por mí

**¿te hubiera gustado irte con ella?**

No

yo no la quiero como mamá, que no le doy ese cariño, le duele mucho, pero no se lo ganó. nunca me aceptaron como debieron de hacerlo<sup>18</sup>

cuando éramos chiquitos yo siento que yo era la consentida de mi papá porque de plano era muy notorio mi papá, pobrecita de mi hermana, después le pedí perdón, porque era así de plano que nos comparaba un buen,  
mi papá era un hombre que vivía para el trabajo,  
Y mi mamá fue una persona dedicada 100% a los hijos,  
le tomé muchísimo coraje a mi mamá, así horrible, es espantoso  
Mi mamá es muy dominante  
ya soy mas afectiva con mi mama  
todavía me cuesta trabajo que mi papá me de pruebas de afecto soy mas seca es con mi papá, y es algo que me discrimina<sup>19</sup>

la verdad no me gusta mucho estar en la casa, antes si lo disfrutaba mucho, cuando era niña, pero después ya no.

Eso me reclaman mucho mis papás, porque dicen que tengo tiempo para todo el mundo menos para ellos, y a veces creo que tienen razón,

Soy la segunda hija, siempre he dicho que no tengo un lugar importante,. pues yo no tengo un lugar especial, y eso me ha dolido, se lo he reprochado por mucho tiempo

antes yo era la consentida y me daban todo, después todo fue diferente

todo era para mi, todos me complacía y me daban todo,

tuve una infancia tranquila,

mi familia yo creo que ha sido demasiado comprensiva conmigo

la preferencia que ellos tenían para todo, eso me dolía, era muy triste para mi.

**¿Se sentía amado, aceptado en su familia?**

<sup>17</sup> "Hija única". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de septiembre de 2003 a una niña de 9 años de edad que es hija única.

<sup>18</sup> "La afligida". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de febrero de 2004 a una joven soltera de 19 años, tres semanas después de la muerte de su abuela quien la cuidó debido a que la madre natural no se hizo cargo de ella.

<sup>19</sup> "La rebelde". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de enero de 2004 a una madre soltera de 22 años, es la hija menor de 3. Vive con sus padres. Actualmente estudia una maestría y trabaja.

Antes de que nacieran mis hermanos si, después ya no, hasta la fecha. Y trato de acostumbrarme a ello y no estar reclame y reclame, porque llegó un tiempo en que le reclamaba a mis papás el hecho de que no me quisieran como antes<sup>20</sup>.

yo tengo un padre biológico que no conozco  
mi infancia esta como dividida  
yo decía ¿por qué yo no tengo un papá? surgió mucha inquietud y ponle tu que hasta cierto punto si sufría y yo era muy dramática  
Yo no sé por que me forzaba desde antes de que el estuviera, yo siempre estaba e el cuadro de honor, pero el m presionaba mas, eso me hacía sentir como asfixiada como mi mamá trabajaba, aunque yo estaba con ella, siempre me la pasé sola, sola, Pero de repente llega el hermanito y de repente desaparecí<sup>21</sup>

pues mi infancia fue medio trágica, creo yo., me hicieron falta cariños, mi mamá conmigo, mi mamá ella trabajaba, se dedicaba a trabajar, ella fue madre soltera, siento que hubo algo que hizo falta, el poder disfrutar una vida de madre, hija, hermanos, rodeada de cariños, afectos. era la hija la chiquita, no me gustaba estar sola. Y siempre me hicieron sentir como quítate estorbo, vete de aquí porque esto es cosa de grandes  
Si me querían también, pero mas bien yo creo que era obligados. Yo como que sentía como que no me querían porque nunca en realidad nunca lo sentí, pero en realidad lo sentí me duele, el hablar de él (de su padre) y siempre le he tenido mucho resentimiento y mucho, mucho coraje  
desde que tuve uso de razón sabía yo que no tenía padre, que no tenía tampoco a mi mamá, que siempre fui como que pobrecita, la va a cuidar su abuela, su tía, su prima, su hermano, lo que sea, menos quien debería<sup>22</sup>

yo no soy la chiquita, yo soy la mayor.  
mi infancia fue muy triste, me vas a hacer llorar, me vas a hacer llorar  
Si me duele mucho hablar de mi infancia  
Siempre fui la relegada de los nietos  
mi prima no jugaban con migo porque yo no tenía dinero  
Desde niña yo hacía todas la labores, lavar, planchar, cocinar no, porque sé cocinar poco.  
Y recuerdo mucho que mi madre se enojaba mucho de lo que yo hacía ,me recriminaba que yo era, que me parecía a mi abuela, , me decía es que todo lo malo se lo sacaste de ella  
mi mamá se olvidó de mí  
no quiero estar en mi casa  
mi papá tiende a platicar mucho conmigo  
mi papá me consiente mucho  
Pero es algo que pesa mucho en mi casa, mi mamá les permite todo a mis hermanos<sup>23</sup>

la separación de mi papás yo no la he superado  
la que se fue de la casa fue mi mamá  
Mis mamá y mi papá lo ocultaron pero perfecto, entonces mi mamá nunca habló mal de mi papá ni mi papá de mi mamá, o sea, todo era como que la pareja perfecta y nunca nos dimos

<sup>20</sup> "La quejumbrosa". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes enero de 2004 a una mujer soltera de 22 años, estudiante universitaria, que es la 2ª hija de 4.

<sup>15</sup> "La imperdonable". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de noviembre de 2003 a una mujer de 24 años, soltera, estudiante universitaria, es el hija mayor de 2.

<sup>16</sup> "La culpable". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de diciembre de 2003 a una mujer de 27 años, es la hija menor de 4. Actualmente esta casada y tiene dos hijas.

<sup>17</sup> "La relegada". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de agosto de 2003 a una mujer de 27 años soltera, estudiante universitaria, es la mayor de 3.

cuenta. Y un día menos esperado llego yo y mi papá ahí con la tipa esta y era prima de mi papá,

Entonces todo eso, cuando a mi me cayo el veinte se me vinieron depresiones muy fuertes yo prácticamente terminé siendo como la mamá de mi hermano. Y esa fue una etapa muy difícil y hasta la fecha yo no lo supero. Uno como que todavía tiene la esperanza de que algún día mi mamá regrese con mi papá,

Mi hermano que me sigue era el consentido de mi mamá y también son de las cosas que no he podido superar porque mi mamá era bien canija conmigo

**¿qué hacía?**

No sé, pero todo el tiempo se la pasaba haciéndome cosas, acosándome, pegándome, cacheteándome y llegaba mi papá y él era el que me consentía y me consolaba

**¿te sentías rechazada por tu mamá?**

Si

**¿nuca supiste porque?**

No, siempre se lo grite, y le dije que a lo mejor no era su hija llegó un tiempo en que la veía como enemiga, en vez de cómo madre<sup>24</sup>

Yo fui una niña muy tranquila, siento que no di lata, siento que tampoco di problemas, pero como que siempre fui muy obediente. Yo nada mas me ponía triste cuando me decían que no conviví un poquito mas con mis hermanos los varones, que con mis hermanas, por el hecho de que ellas ya eran mas grandes y tenían ya otra mentalidad y yo era la niña que estorbaba me considero que estuve muy sola, que yo no tenía con quien jugar, yo jugaba sola,<sup>25</sup> Me sentía aceptada, y de parte de mis hermanos un poco relegada, cuando era chica<sup>25</sup>

mi mamá, mi esposo, mis hijos yo siento que ellos están lejos de este mundo, de ese sentir que yo tengo, los siento como ajenos a lo que yo tengo

Yo creo que soy muy afectiva con mi mamá, pero siento que ella pone limitaciones, igual con mi esposo

Como la infidelidad de mi papá [comienza a llorar] como que siento que eso fue algo traumante para mi

veía el sufrimiento de mi mamá, creo que fue una crueldad que nos hablara sí, así que nos dijera tan crudamente que mi papá la engañaba

pero siempre muy marcado la ausencia de mi papá. A mi en lo personal siento que me hizo falta tener un papá, y eso me ha marcado mucho

Me sentía vacía, como te digo, me sentía con la necesidad de que alguien me abrazara, de que él me abrazara, de que él me dijera que me quería [todo esto me lo dice con sollozos, pues sigue llorando, no puede contener el llanto] siento que hasta la fecha no lo supero

Me sentía culpable

a mi mamá le llegué a reclamar

sentí coraje con mi mamá

Yo si muchas veces culpé a mi mamá, bueno, a los dos

ante la ausencia de mi papá y ante la ausencia de mi mamá, porque ella tenía que trabajar, mis abuelos tuvieron que hacerse responsables<sup>26</sup>

mi mamá siempre fue muy controladora

<sup>24</sup> "La chillona". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de octubre de 2003 a una mujer de 31 años, es la segunda hija de 3. Esta casada, y se hace cargo del cuidado de su única hija de 9 años.

<sup>19</sup> "La solitaria". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de febrero de 2003 a una mujer de 32 años, es la 4ª hija de 5. Actualmente esta casada y se dedica al hogar y al cuidado de su único hijo de 9 años.

<sup>20</sup> "Falta de cariño". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de julio de 2003 a una mujer de 32 años. Hija mayor de 4. Actualmente esta casada por segunda vez y esta esperando su cuarto bebé.

Mi infancia... ay... que te diré... yo creo que buena, entre buena y sola, mi mamá y mi papá siempre trabajaron y siempre estuvimos solos.  
yo creo que soy la consentida de mi papá, y de mi mamá.  
mi mamá fue muy egoísta  
yo creo que me sentía un poquito como ignorada  
me despegué un tiempo mucho de mi familia. Te digo que no me gustaba estar en mi casa  
Prefería irme, aparte de que estaba sola<sup>27</sup>

En mi infancia trabajé , yo me crié con mis abuelitos.

**¿cómo te sentías en tu familia?**

no aceptada

muy aislada de un lado y de otro, a estar de que estás ahí, que prácticamente estas viviendo en medio de las dos familias de las que te sientes aislada ¿por qué? Porque te quedas con los abuelitos, a los abuelitos les da igual, pero tu sientes que algo te falta, que es el cariño de los papás<sup>28</sup>

Fuimos ocho de familia y pues usted sabe vivir en provincia, es difícil la convivencia como niño desarrollarte

Mi mamá, es una persona demasiado pasiva, paciente, comprensiva, nunca nos gritaba, nunca nos pegaba así sin motivo, nunca nos exigía, a cierta edad nos decía como hacer la cosas como atender a mis hermanos<sup>29</sup>.

mi papá falleció cuando yo tenía 2 años y medio, mi mamá nos sacó adelante  
yo tenía muchos deseos de cambiar de vida, de salir adelante, ya quería trabajar, o sea quería salir adelante. Mi idea era trabajar

**¿cómo fue su infancia?**

Muy dura, muy difícil por la cuestión de que éramos huérfanos. Pues económicamente muy difícil.

Mi mamá salía a trabajar, nosotros nos quedábamos. Nos criamos con muy... muy solos, muy abandonados<sup>30</sup>

mi mamá, tengo entendido que se ha de haber muerto como a los 22 años o 23 y dejó a tres hijos

desde ese momento yo me avoqué a mi mamá, que en realidad era mi tía, yo no amigas, yo no amigos, yo no nada, así pasó mi juventud<sup>31</sup>

<sup>27</sup> "La tímida". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de enero de 2004 a una mujer de 32 años, es la 3ª hija de 5. Concluyó una licenciatura y por el momento esta desempleada. Esta casada y tiene un hijo de dos años.

<sup>22</sup> "La alegre". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de febrero de 2004 a una mujer de 40 años, es la hija mayor de tres. Actualmente está casada, tiene dos hijos y se dedica a trabajar.

<sup>23</sup> "La comelona". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de marzo de 2004 a una mujer de 48 años, es la 3ª hija de 8. Está casada y se dedica al hogar y cuidado de sus tres hijos.

<sup>24</sup> "Sin descanso". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de noviembre de 2003 a una mujer de 50 años, es la 3ª hija de 6. Es madre soltera y tiene dos hijos se dedica a trabajar sin descanso para darles a sus hijos una vida diferente a la que ella tuvo, pues fue muy pobre.

<sup>25</sup> "La trágica". Entrevista realizada por Wendy Reyes Sanabria en el mes de marzo de 2004 a una mujer de 51 años, es la hija mas chica de 3. Se quedó huérfana a muy temprana edad y fue adoptada por una de sus tías. Es casada, pero esta separada desde hace 10 años de su esposo, desde la muerte repentina de una de sus hija. Ha trabajado desde muy joven y solo tiene una hija viva de 20 años que esta embarazada.

### 3.3.2 La importancia de la alimentación

Los alimentos que comemos son los que transformamos en energía y son indispensables para vivir, los procesos alimentación-nutrición y salud-enfermedad se encuentran íntimamente ligados<sup>32</sup>. Actualmente ya no ponemos tanto interés como hace algunas décadas en lo que a la preparación de los alimentos concierne, debido a lo que muchos llaman “modernidad” prefieren consumir alimentos denominados ‘comida rápida’ que tienen un buen sabor –al menos a si parece al paladar- dejando de lado los nutrientes que se necesitan.

Y por supuesto cierto tipo de alimentación puede favorecer o por el contrario perjudicar cierto estado físico. Ahí radica la importancia de la comida en cualquier tipo de enfermedad.

A continuación se mostrará cuáles son los hábitos alimenticios que los enfermos de amigdalitis crónica poseen, lo cual agrava o disminuye sus síntomas.

**¿cuándo estas enfermo puedes comer lo mismo o hay algo que no puedas comer?**

Las cosas frías

**¿no las puedes comer?**

no

**¿por qué?**

Porque me hacen daño.

**¿por qué?**

Porque estoy muy caliente y si como algo frío, altera el cuerpo

**¿todo lo demás comes?**

Si, ah, no chile no

**¿qué es lo que consumes de alimentos mas o menos?**

Pechuga, carne, papas, tomates, queso y ya

**¿granos?**

frijoles a veces, y elote que es muy importante

**¿por qué es importante?**

Porque me gusta mucho

**¿qué tal de harinas de pan?**

En los sandwiches

**¿y de papas fritas?**

Antes si era mucho, pero ahora ya no. Si me gustan, pero ya no tanto<sup>33</sup>

**¿que es lo que mas o menos comes?**

Mi mamá si hace muchas, siempre ha hecho cosas como la sopa, tortas de papa, siempre le varia mucho mi mamá y siempre me da mucho de comer verduras, frutas, de hecho me gusta

---

<sup>26</sup>Baca Milán, T. *Sugerencias para una buena nutrición*. México. CEAPAC ediciones, 2004

<sup>27</sup> Entrevista: “El enojón”.

<sup>28</sup> Entrevista: “El indiferente”.



mucho la fruta, las verduras no me gustan mucho, pero me las como, carne no como mucho, pollo sí, y de hecho es lo que regularmente hace más mi mamá<sup>34</sup>

### **¿cuáles son los alimentos que normalmente consumes?**

No me gusta el picante, no me gustan las vísceras, lo que es ojo, buche, lengua, sesos, no, todo lo que tiene en el cráneo el animal, fuera del picante y eso, todo lo demás como. Soy de los que va caminado por la calle y ve y dice: mira los cacahuates, que ricos y me los como, unas quesadillas, pásele joven y bueno, una gelatina esta bien, no me preocupa mi peso, porque al contrario lo tengo que aumentar. Inclusive tomaba licuados para aumentar de peso porque mi cuerpo me lo pide como no almaceno y es muy difícil que yo suba de peso, pero muy fácil que baje, yo como 5 veces al día, si por alguna razón como 3 me mantengo pero si como 2 bajo ese día, bajo 200 o 300 gramos, si me preocupa mi alimentación en el sentido de que sean cosas sanas pero no de que consuma mucho

### **¿comes mucha carne, verduras, frutas?**

Trato de balancearlo, me gustan mucho as frutas, haz de cuenta que como lo normal y me llevo una fruta a mi trabajo o como mucho de lo que es cacahuate, nuez, almendras, me agrada, veo que es lo que he comido en mi día y trato de comer lo que no he comido, también las verduras me agradan bastante

### **¿cuál es tu sabor favorito?**

Pues lo dulce, pero no muy dulce porque me empalaga, pero medio, por ejemplo una fruta que me gusta mucho es el mango, la sandía

### **¿comes de todo?**

Si

### **¿harinas?**

Si, me fascinan las pastas y las harinas y como no engordo pues como con confianza<sup>35</sup>

### **¿qué desayunas?**

Jugo de naranja, depende si cené un día antes bien, nada mas jugo de naranja, si no, jugo de naranja, papaya, algún sandwich de pescado, frijoles, mermelada o de lo que halla y un vaso de leche si es que me dan ganas, porque la leche ya le deje desde hace mucho, y ya. trato de comerlo mejor que se pueda y tomo algo de cereal o leche<sup>36</sup>

### **¿mas o menos que es lo que comen?**

*Grasa no, pollo si compro nada mas pura pechuga, si compro carne de res sin hueso ni grasa, guiso con aceite de olivo, frutas, verduras*

### **¿qué tal de lácteos, leche, quesos, cremas?**

*Leche, quesos, crema, les encantan<sup>37</sup>*

### **¿qué alimentos normalmente componen tu alimentación, tu dieta?**

Pues durante mucho tiempo fue comida basura, Kentucky, McDonal's, Burguer King, papitas y cuestiones así

### **Todo lo frito y rico**

Sí, tacos en la calle y todo eso me encantaba. Ahora en cuanto a ese tipo de cuestiones yo fumaba como chacuaco<sup>38</sup>

mi madre siempre nos dio de todo, desde verduras, acelgas, espinacas, brócoli, carne, si nos daba carne, pescado muy poco, la verdad no me gustaba el pescado, actualmente ya he hecho una alianza con este pero de chico no e gustaba el pescado, huevo, pollo, lecho, la

---

<sup>35</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>36</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>37</sup> Entrevista: "El cariñoso"

<sup>38</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

leche ha crecido conmigo, mi papá vendía leche de vaca y desde pequeño tomé mucha leche de vaca, mi dieta ha sido leche, huevo pan<sup>39</sup>

**¿qué alimentos consumes normalmente?**

Pollo, carne

**¿verdura?**

Si, pero poco

**¿fruta?**

Si

**¿leche, quesos, crema?**

Leche sí<sup>40</sup>

**¿qué alimentos son los que acostumbras a consumir?**

Pues carne, mucha carne, verduras la verdad pocas, si me gustan pero como muy pocas y verduras si compramos, pero no soy muy afecto a comer

**¿y de leche, quesos, cremas?**

Pues poco

**¿y de papitas y garnachas?**

No muchas, no ,mucha, pero lo que si como mucho son fritangas, todo eso me gusta mucho

**A mi también, antes era muy fritanguera, ahora ya no**

Yo sí, me gusta mucho y por eso todo el tiempo me la pasa comiendo. De un tiempo para acá, desde que me dejó mi pareja me la paso comiendo todo el tiempo, como que tengo la necesidad e comer para... no sé, pero como todo el tiempo<sup>41</sup>.

**¿qué eso que mas o menos acostumbras a comer?**

Yo siempre trato de hacer mis comidas bien, lo que es la sopa, el arroz y un guisado, y cuando son guisados que no sean muy irritantes

**¿tienes gastritis?**

Sí , si la tengo. A veces yo digo ya comí muchos irritantes, ya comí mucha carne, entonces sin que nadie me diga, es curioso, pero sin que nadie me diga yo trato de cuidarme y si siento que comí muchas cosas irritantes, carnes, en la calle antojos, mi mismo cuerpo lo resiente, me siento pesado, empiezo con la gastritis, entonces lo que hago, le corto instantáneamente y le corto, le cambio, la sopa, el arroz y una ensalada o a veces una ensalada, o si era un refresco, que el refresco no lo suelo tomar mucho, entonces un jugo o agua simple o agua de sabor, pero también llega un momento en que me aburro de esa comida y digo: ahora si como que me cuidé mucho ahora si como que merezco, ahora me quiero descuidar, quiero unos tacos, quiero algo bien condimentado, pero no es de una semana, es de dos o tres días y vuelvo a lo mismo a cuidarme, y así hasta con mis compañeros

**Cuando estabas enfermo, muy enfermo ¿comías algo en especial?**

Sí, sí, yo creo que yo solito hacía mis dietas sin que nadie me dijera

**¿qué comías?**

Eran las ensaladas, que si brócoli, lechuga eran muchas ensaladas

**Y ¿por qué la cambiaste?**

Porque yo sentía que me estaba intoxicando con la comida cuando estaba enfermo y trataba de cuidarme, de desintoxicarme, de comer lo mas sano que yo pueda, era algo así que se me veía inmediatamente

Tratar como de remediar la situación por medio de la comida

Que por cierto llegué a descompensarme por ser tan, tal vez por tratar de hacer una comida tan naturista<sup>42</sup>

Cereales, los de cajita<sup>43</sup>.

<sup>39</sup> Entrevista: "El consentimiento".

<sup>40</sup> Entrevista: "El violento".

<sup>41</sup> Entrevista: "El abandonado".

<sup>42</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>43</sup> Entrevista: "Hija única".

### ¿que comes?

Como de todo, pero no es una alimentación de puras verduras o carne, sino lo que hay y mientras me guste<sup>44</sup>

Mi mamá siempre fue de tenernos comida siempre, pero tu sabes que desgraciadamente estamos en una cultura donde no metes los nutrientes en la cantidad como debe de ser, nosotros si fuimos de mucha carne, mi mamá era de las que los domingos venía con su bolsa de mandado repleta, mucha leche de vaca, unos vasotes, mucha carne, pocas verduras, pocas frutas. Mi mamá toda la vida ha comprado mucha fruta pero yo me acuerdo que la fruta si no lo las daba peladita ya la boca no nos la tomábamos, o si no, no las daba en agua no le entrábamos y luego al fruta se quedaba ahí podrida, mi mamá siempre traía fruta pero comíamos poco y yo fui muy garnachera. No somos de... yo si fui de muchos chicharrones, muchas papitas, mucho picante, si era de las que en la escuela me echaba mi gordita, mi pambazo, refresco mas o menos porque era caro, como que eso ya era un lujo, cuando lo comprábamos, era cuando comprábamos refresco era cuando eran comidas que no eran compatibles con el agua, pero no somos muy refresqueros, café no. Pero si era mucha carne, mucha leche, mucho picante y garnachitas<sup>45</sup>

Toda mi vida hasta hace un año no comía mas que chatarra, todas las porquerías que te puedas imaginar, me encantaban las papitas y todas las fritangas, los taquitos eran mis favoritos, las garnachas y esas cosas. Y los dulces, siempre he comido muchos dulces. Y carne mucha carne, pocas verduras, solo las que me obligaba a comer mi mamá, pero que yo las comiera por gusto no<sup>46</sup>

Pura carne, me comía bistec y medio en un día con chile, refrescos condimentos y grasas, muchas grasa saturadas, me llegaba a tomar un litro de leche diario, me puse como bolita y comía muy mal y mi alimentación de chiquita pura carne, carne, carne, carne, mi mamá decía que era carnívora porque no comía mas que carne. Lo que pasa es que donde trabajábamos, era carne y ella pensaba que darme carne era saludable o que el que tiene dinero tiene para carne y por eso son mas grandes y fuertes y mamá eso era lo que quería darme<sup>47</sup>.

Me gusta preparar de entrada una sopa aguada o una sopa de arroz, pero me gusta si es que preparo carne preparar una guarnición de verdura o guisar carne y verdura, unas calabacitas con verdura, o una ensalada de verdura con crema o mayonesa, una carne asada y una pechuga, casi, casi siempre soy e algo de carne, casi siempre, es rara la vez, lo reconozco hago unas tortas de papa con lechuguita, como toda la verdura, pero siempre debe de llevar algo de carne, siempre. Lentejas las hago por que las tengo que hacer. Los sábados y domingos puras quesadillas, pura vitamina T, tacos, tortas, tostadas, tamales, domingos carnitas, barbacoa, carne asada, longaniza, carne asada, frijoles, casi siempre. Papitas, refresco, todo, todo lo malo<sup>48</sup>.

guisaba mucho cosas capeadas, manitas de puerco, chiles rellenos, verdura capeada, pero en aquel entonces era pocas lentejas, arroz, y haz de cuanta de todavía parte de la carrera comía mucho pan y comía mucho, que un cacho de estoy un cachito de lo otro<sup>49</sup>

---

<sup>44</sup> Entrevista: “*La afligida*”.

<sup>45</sup> Entrevista: “*La rebelde*”.

<sup>46</sup> Entrevista: “*La quejumbrosa*”.

<sup>47</sup> Entrevista: “*La imperdonable*”.

<sup>48</sup> Entrevista: “*La culpable*”.

<sup>49</sup> Entrevista: “*La relegada*”.

**¿que alimentos consumes?**

Lo normal: Carnes, pescado no mucho no es que no nos guste pero no te la comes tan fácil como las carnes rojas o sea la carne roja pues comer todos los días y note aburres, por lo menso a nosotros, pero pescado dos veces ala semana guácala, no nos gusta, a parte es muy ligero y no ,me llena, entonces además caro y ligero, pues no, así hago pero muy esporádicamente, pollo y carne de cerdo si a caso dos veces al mes

Frutas si comemos mucha fruta, te puedo decir que todos los días de la semana comemos fruta,

Verduras también trato de hacerlas al vapor con mayonesita o limón y pues eso es prácticamente todo

**¿de lácteos, leche, queso, crema?**

sí, para quesadillas<sup>50</sup>

comemos todo: fruta, verdura, pollo, carne, pescado, o sea todo. por ejemplo lo que es pan y eso, procuras comer integral, galletas integrales o de avena, yogurt, leche, leche descremada. Fruta, verdura comemos de todo. Carne, pollo, pescado<sup>51</sup>

nuestra alimentación aquí es básica: sopa, cualquier tipo de sopa, arroz, sopa, sopa fría, este... algún guisado o frijoles, agua o refresco

A veces caldo de pollo, o carne de res, carne de puerco, eso es mas o menos, rara vez que comemos pescado o comemos

De verduras procuramos comer el guisado acompañado de algún picante y lo que es la carne y por ejemplo calabazas, papas, chayote o brócoli o cualquier cosa así.

Frutas las de temporada, las mas económicas, mandarina, plátanos, naranjas

Tomamos café con pan<sup>52</sup>

yo siempre he comido verdura y carne,

Carne y verduras, que arroz, frijoles

Leche si tomo, pero tomo mas café que leche o té<sup>53</sup>.

algo ligero: jugo, tamales, leche

taquitos, quesadillitas, que nos vamos que al Potzolcali, a los Bisquets de Obregón que hay un cafecito bien rico con leche. A veces a desayunar al California y pues ya que la pancita<sup>54</sup>

no teníamos que comer

**¿qué comían?**

Pues tortillas y nada mas. Tortilla con chile, quelites, esas cosas que come uno allá

Ahora me gusta mucho comer gelatina, y lo normal, todo lo que haya, verduras, carne, lo malo es que casi siempre carne, pero normal, como de todo<sup>55</sup>

si tengo ganas hago unas enchiladas, si tengo ganas de comer molito, hago lo que a mi me gusta y no llevo ninguna dieta, peor eso estoy gorda

Sí, vi un pescadito o vi una mojarrita me lo como, un pollito, un molito, si, yo puedo darme mis gustos, últimamente no me quedo con las ganas, si tengo dinero me lo compro. leche, crema, queso<sup>56</sup>

<sup>50</sup> Entrevista: "La chillona".

<sup>51</sup> Entrevista: "La solitaria".

<sup>52</sup> Entrevista: "Falta de cariño".

<sup>53</sup> Entrevista: "La alegre".

<sup>54</sup> Entrevista: "La comelona".

<sup>55</sup> Entrevista: "Sin descanso".

<sup>56</sup> Entrevista: "La trágica".

### 3.3.3 Las emociones

Sin lugar a dudas, algo de lo que mas intriga a los seres humanos y en particular a los psicólogos tiene que ver con las emociones. Esto debido a que las emociones no se pueden medir o ver, como se ve un brote de sarampión, una célula bajo un microscopio, o una radiografía. Aún no existen estudios de gabinete o de laboratorio que indiquen cual es la emoción en particular que agobia o controla la vida de una persona.

Hay que tener en cuenta que es dentro de la familia donde se aprenden y aprehenden las emociones, es decir, como se expresan a los demás miembros de la familia y es ahí mismo en contubernio con la religión quienes nos enseñan qué emociones son las socialmente aceptadas y cuales no.

Encontramos emociones que son tajantemente rechazadas y otras que se pueden expresar plenamente, es aquí donde el individuo no logra ser congruente, pues resulta difícil demostrar determinada emoción, cuando en realidad siente otra.

Hablar de emociones es hablar de actitudes y maneras de vivir, ¿por qué? Porque dependiendo de la forma en la que percibimos nuestra realidad es como nos enfrentamos a ella, o en su defecto la evadimos. Las emociones han dejado de ser estados de ánimo pasajeros, hoy día llegan a dominar nuestra vida la mayor parte del tiempo, vivimos y pensamos de acuerdo a una emoción que nos ha dominado, en ocasiones aún podemos recordar porqué se genero, en otros casos, no sabemos porque está con nosotros, pero no la dejamos que pase y la tenemos con nosotros como parte de nuestro ser.

Resulta imprescindible hablar de emociones en la construcción de una enfermedad, pues no es la misma emoción la que domina a una persona que padece problemas cardiacos, que una que padece problemas de vías respiratorias. Por lo tanto a continuación se muestran los fragmentos de las entrevistas que nos darán un perfil de las emociones que dominan a los pacientes con amigdalitis crónica,

no soy muy conversador que digamos

**Sí me he dado cuenta. ¿cómo te definirías como persona?**

Solitario

**¿cuál es la emoción que tienes la mayor parte del tiempo, de que humor estas?**

Calladito, sin hace nada, dormir

**Calladito y no hacer nada, pero cuando uno esta contento uno quiere hacer la cosa, cuando uno esta triste uno quiere estar llorando¿ tu como te sientes?**

Calladito

**¿te consideras un niño solitario?**

Si

**¿te gusta ser así?**

A veces si y a veces no

**¿en que forma crees que te perciban los demás?**

Solitario

**¿se te hace un nudo, pero no lloraste?**

no

**¿te aguantaste como los meros machos?**

Sí

**Así eres siempre ¿te aguantas?**

Si

**En tu casa no lloras?**

Solo cuando ya no puedo contener el coraje o la tristeza y me pongo a llorar, porque ya no lo logro aguantar

**¿eres enojón?**

Antes mucho,

**¿por que te enojas?**

Cuando me irritan mucho las cosas

**¿qué es lo que te irrita de las cosas?**

Principalmente es mi hermana y mi papá

**¿te sientes contento con tu vida?**

pues hay mas o menos

**¿mas o menos como cuanto? Del 1 a 10 ¿qué tan contento estas con tu vida?**

el 50%

**y ese 50 % que no ¿qué es?**

Odio, enojo, frustración, lo que no puedo lograr

**¿qué es lo que no puedes lograr?**

Hay muchas cosas

**¿como que?**

Odio, coraje

**¿odio hacia que, coraje hacia que?**

Odio hacia... [se queda callado]

**¿frustración de que?**

de no poder hacer cosas

**Pero algo mas que quieras agregar**

Mi vida es un asco

Mi vida es un asco no la soporto

La vida es cruel

que me dieran otra vida<sup>57</sup>

Soy una persona muy enojona, tengo muchos defectos, pero también tengo muchas virtudes que valen, me gusta trabajar, soy responsable, siento que soy responsable en ese aspecto, en el trabajo. ¿qué otra cosa? Soy muy dormilón, como que a veces hecho mucho la hueva, soy sociable, me gusta mucho conversar con las personas.

**Cuando estas enfermo ¿cómo te sientes emocionalmente?**

Muy mal, muy mal, como cuando te da resaca, algo similar [ríe]... de plano me tumba en la cama, me pone de mal humor, el hecho de cada rato estarme sonando, me pone muy de malas el hecho de estar en un estado cuando quisiera estar bien

¿cuándo te enojas eres de los que estalla, explota y dice todo o mejor se lo queda callado y solito hace su coraje?

<sup>57</sup> Entrevista: "El enojón".

Sí, sí, soy así, y por eso algunas ocasiones tengo problemas, ese es el punto en el que tengo problemas con las personas con las que ando. Has de cuenta que si me enojo y por lo regular nunca soy de las personas que explota y empieza a soltar palabras y todo eso, me reservo todo, siempre de hecho en la mayoría de los aspectos me enojo y me reservo muchas cosas

**¿por qué?**

Porque a veces pienso que es mejor dejarlo así , que yo sé que es mejor que no diga cosas que a veces están por demás

no puedo decir lo que esta pasando por mi mente en ese momento

**¿cuál es la emoción o el estado de ánimo que tienes la mayor parte del tiempo?**

Estar bromeando, estar alegre, la mayoría del tiempo estoy contento y de hecho cuando me enojo se me pasa muy rápido, no me enojo por mucho tiempo

no soy rencoroso

**¿lloras con facilidad o no?**

No

que siempre me quedo muy callado, sinceramente siento que soy muy superficial, conozco una persona y puedo estar bien con ella y padre un rato, pero por lo regular nunca hablo de mi.

**¿por qué no te gusta hablar de ti?**

Porque siento que no es muy... siento que a veces no es importante lo que yo les pueda decir de mi a las demás personas

**¿afectivamente te sientes comprendido, querido?**

No por toda la gente, pero lo aceptable, no te puedo decir que estoy ahorita mal es este aspecto<sup>58</sup>.

**¿cómo te definirías como persona?**

Analítica mas no crítica

**¿de carácter?**

Adaptable, no soy una persona enojan, es muy difícil es mas hace muchos años que no me enojo, me llevo a molestar pero no me enojo, soy una persona sociable aunque independiente, me gusta mucho querer y amar a las personas, que me quieran y que ellas sepan que las quiero

**¿cómo te sientes la mayor parte del tiempo de estado de ánimo?**

alegre, alegre, soy una persona feliz

**siempre te estas riendo**

es que soy una persona verdaderamente feliz la felicidad es un estado que lo mantengo, claro, algunas cosas te lo quitan pero es una felicidad completa

La depresión es un estado que lo acepto pero que no lo prolongo

**¿te deprimas con frecuencia?**

No, es muy esporádico

soy muy sociable porque me gusta querer a la gente y eso se siente y de regreso, la gente me dice que me quiere, no es fácil entregarme<sup>59</sup>

**¿cómo te definirías?**

alguien con un carácter fuerte, alguien que le gusta aprender, alguien muy sensible, alguien que le guste la vida

Porque a mi cuando alguien me cae gordo me aprovecho de sus debilidades o de mis habilidades y lo hago ver menos y soy muy maldito, y no soy nada de que ya te manchaste ya déjalo, no, o sea si a mi alguien me cae mal hasta truene, y ya.

yo soy una gente muy llevada por los sentimientos

psicológico llegamos a la conclusión de que yo no era como mis demás hermanos,

**siempre fui un niño raro**

no me gusta depender de nadie y pedirle favor a nadie

En términos de la sociedad yo ya había perdido todo lo que me identificaba, que era la escuela, o sea ya no era nada, porque ya había fallado

estaba muy amargado yo

<sup>58</sup>Entrevista: "El indiferente".

<sup>59</sup>Entrevista: "El independiente".

pensaba que había fallado y no me gustaba fallar. Entonces estaba arto, haz de cuenta que ya había echado todo a perder y ya no quería volver a empezar. Me hartaba todo, para mi la gente no entendía nada, no sé ya estaba harto, todo me irritaba, todo gritaba, me peleaba todo el día en mi casa y disfrutaba mucho estar solo y no me gustaba la gente

**¿alguna emoción en particular que sientas cuando estas enfermo? ¿cómo te sientes?**

De la chingada, no tengo ganas de hacer nada, o sea, un rollo así de cómo que me da hueva todo

yo no podía aceptar es que había fracasado, que todo lo que yo había hecho con la intención de hacer cosas bien en teoría, te dice que si tu das amor te van a amar, si tu haces las cosas con buena intención, vas a recibir buenas cosas, eso no era, no

**¿tu siempre haz buscado el 10?**

Sí, en el rollo profesional sí, a fuerzas, no hay otro, yo si me siento fracasado si no me salen bien las cosas, si me salen mas o menos, también es fracaso.

Debes competir con tu alrededor y con tu mismo equipo para tener la mejor respuesta

pero yo sin estrés no puedo hacer las cosas, yo no puedo trabajar

a mi me gusta mi vida personal porque en mi vida personal yo hago prácticamente lo que se me da la gana, entonces no me atengo a ninguna norma y a la mayoría de las normas que hay no les doy importancia, por eso me gusta y por lo regular me gusta porque me dicen que soy raro

Pero a mi me vale madre todo.

puedo ser muy pensativo

temo volverme a enamorar de alguien que no tenga la misma visión y sentimiento que yo.

Por un lado me da miedo hacerlo, porque ya aprendí que no toda la vida es arriba y recibir

si me entró la depre estas semanas

Una de las pinches aberraciones que mas me caen gorda es que el amor, que no nada mas es recibir<sup>60</sup>

*no se enoja muy fuerte porque no esta acostumbrado a ver, pues no. Se queda cayado*

**¿cómo lo percibe de carácter?**

*Muy alegre, muy alegre, muy contento, muy platicador*

*me busca mucho (a la madre], se me acurruca*

*le gusta estar solo en su recámara<sup>61</sup>*

**¿cómo te definirías tu?**

Me defino como una persona triste, melancólica, taciturno. Soy muy viseral, soy muy sensible, me duele ver a la humanidad, me duele mucho, también me alegra mucho ver a la humanidad, me alegra ver a la gente que si esta haciendo algo. También soy muy, pero muy enojón, también soy muy paciente, a veces muy impaciente, soy extremadamente contradictorio, a veces me voy mucho a los extremos, soy muy, pero muy extremista, soy una persona que quiere hacer algo, que esta chambeando por hacer algo. Soy una persona que le gusta mucho el arte y pues básicamente así soy, una persona que quiere hacer algo.

desde niño he sido una persona muy, muy sola, desde siempre, una persona que ha conocido mucha gente, pero que... y actualmente soy así, conozco bastante gente, pero me siento solo, muy solo, no puedo platicar con nadie, no soy de esas personas que siempre están pegadas a una persona o a un grupo[...] nunca he pertenecido a un grupo como tal y siempre he sido aislado, independiente

Mucha alegría... pues yo creo que no hay, yo siempre he sido un chavo melancólico, taciturno, he sido muy así.

ando irritado y estoy que me lleva el diablo, ando encabronado todo el día, ando de malas

**¿cuál es la emoción que tienes la mayor parte del tiempo? ¿la emoción que domina tu ser?**

enojado

**¿enojado?**

Sí, muy enojado, pero ya así yo creo que a lo largo de toda mi vida, melancólico, triste.

porque de un tiempo para acá ni yo mismo me aguanto

llego a ser muy terco o muy persistente,

<sup>60</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>61</sup> Entrevista: "El cariñoso"



**¿se te hace fácil decirle a la gente como te sientes o te cuesta trabajo?**

me lo trago, me lo trago, generalmente, me lo guardo todo.

**Y cuando estas bien ¿también lo dices o te lo guardas?**

también soy bien caprichoso, bien berrinchudo, ya cuando me enojé, ya me lo trago y ya me enojé y no le digo a nadie, y ya, ya me encapriché y no quiero decir nada y ya cuando me tranquilizo ya lo digo, generalmente si lo digo, pero cuando ya me tranquilicé, pero mientras este encabronado no quiero hablar con nadie y a todo mundo lo mando a volar, porque así me siento bien<sup>62</sup>.

Como que pienso mucho las cosas, soy muy tímido, serio si tu quieres, no he hecho cosas locas, he sido muy tranquilo

no tengo resentimientos con nadie, mas bien es conmigo, por todo lo acontecido, por todo lo vivido, por muchas cosas que he dejado que se frustren y prefiero no tratarlas o no decirlas, es porque no sabía o no quería intentarlo, creo que le miedo ha sido parte de mi vida y considero que mucho tiempo de mi vida he tenido mucho miedo de cosas nuevas. En una palabra: tengo miedo a lo nuevo, porque no lo conozco

soy muy nervioso y ansioso

siendo un adolescente quería una mujer guapa que se fijara en mi y sentirme amado.

me gusta la soledad, disfrutando esa soledad,

Siempre me he siendo incapaz de expresar mis sentimientos<sup>63</sup>

**¿cómo te definirías como persona?**

... enojón de carácter... Y por la discusión como que soy muy violento, como que el sentirme desesperado me violento mucho

me siento como nervioso, como... enojado a la vez

**¿cuál es la emoción que tienes la mayor parte del tiempo ¿¿ con que estado de ánimo estas la mayor parte del tiempo?**

Pues de buenas, se puede decir

según yo estoy de buenas y dicen que se me ve que estoy de malas o que soy muy gruñón o enojón

el sentir el afecto o yo dar el afecto sin recibir nada, pienso que por eso

**¿te has sentido así a lo largo de tu vida, como que has dado afecto y no has recibido en cambio?**

Muchas de las veces,

de repente cuando me siento muy mal me siento medio apachurrado

**¿te sientes falta de cariño?**

Pues si, porque a lo mejor ella (su esposa) dice quererme mucho, pero no lo demuestra

**¿te cuesta trabajo expresar tus sentimientos con otras personas?**

A veces<sup>64</sup>

**¿cómo te definirías como persona?**

Pues como un aburrido y amargado

normalmente estoy tranquilo, pero a veces como que el modo de vida que llevo me enoja conmigo mismo, me harta, me fastidio porque a veces no tengo algo que hacer o dinero o no sé, a veces no estoy contento conmigo mismo

**¿haces algo al respecto? ¿cuándo te sientes así que haces?**

Pues... pensar, pensar y pensar, pensar, me encierro, me emboto y así me la paso, ya sea acostado o haciendo otra cosas, pero sierpe estoy pensando pero no confiaba en nadie y en mis padres, me daba pena soy muy egoísta

Pues deprimido, me siento muy mal

**¿cómo crees que te perciban los demás?**

Como alguien aburrido, solitario, apartado

Si me gusta que me quieran y que me manden

<sup>62</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>63</sup> Entrevista: "El consentido".

<sup>64</sup> Entrevista: "El violento".

**¿te cuesta trabajo expresar tus sentimientos?**

Sí, mucho

tengo coraje conmigo, porque no hago nada, no puedo hacer nada, me da coraje conmigo mismo, pero porque me da miedo, me siento solo, como nostálgico, lleno de tristeza todo eso me impide hacer cosas, y por eso me da coraje

**¿cómo te sientes emocionalmente?**

Luego si muy triste y no sé a que se deba, no sé si se deba a como me veo físicamente, no sé si se deba al estado de ánimo, luego si me siento muy triste o deprimido, no sé si tengo que ver con mi enfermedad

**Triste por alguna situación o ya es tu estado de siempre?**

Se puede decir que es mi estado de siempre, es rara la vez que río o tal vez me ría pero no lo hago sinceramente

**¿lloras con facilidad?**

No

**¿te cuesta trabajo?**

si

**¿te dan ganas o te aguantas?**

si me dan ganas de repente, a si se me empiezan a salir mis lágrimas, sin que yo haga algo, puedo estar debajo de un carro y se me salen las lágrimas así nada mas, no porque me sienta triste, nada mas por llorar, no sé a que se deba<sup>65</sup>

Una persona inquieta, soy una persona también, .... por lo regular no soy muy expresivo, soy expresivo según mi estado de ánimo, a veces me encuentro bien, motivado y alegre conmigo mismo, ahí si soy expresivo, hablo mucho, bromeo mucho, hago alguna actividad con gusto si mi estado de ánimo cambia, no sé, si me encuentro algo triste me vuelvo reservado, pasivo, de pasivo soy inquieto, porque quiero realizar actividades y no puedo realizar, me gusta trabajo concentrarme y tal vez hasta a veces me llevo a sentir mal físicamente

**¿Y cual es tu estado de ánimo la mayor parte del tiempo?**

Por lo que he leído, platicado tiende a ser muy apagado, pudiera yo decir en baja escala pero deprimido, deprimido o estresado, pudiera ser también

por momento me sentía que me respetaban, que me querían, a veces no, a veces no

me sentía olvidado, siempre la atención giraba en torno a mis hermanos grandes, ni modo, si yo tenía que jugar era solo.

yo estaba en otro tiempo, en otra etapa, porque no la disfrute (su adolescencia) , trato de recordar, compararme con mis amigos, incluso pláticas con compañeros de su adolescencia, la mía fue muy como que fue desfasada, estaba mas embotado en la familia, en las necesidades de la familia. Y si me causa cierto como coraje y sentimiento que me perdí ese momento

tenía que yo explotar para poder comentar

era yo muy reservado, y de amigos no tenía amigos ni amigas, de hecho siempre me he considerado una persona en ese aspecto sola. He aprendido a veces a disfrutarlo, que si a veces extraño una buena amistad. Aunque finalmente si se me han dado, yo e tratado de buscarlas, peor por mi forma de ser, de buscar las amistades era muy difícil, como que no entonaba o me sentía yo rechazado por mi forma de ser, tomando en relación el que no vivía yo mi etapa, no la viví. En lo que yo debí haber estado haciendo bromas, bailando, corriendo, platicando, escuchando música, yo creo que mis pláticas se tornaban a la relación familiar y la responsabilidad. Yo creo que para mis amigos en ese entonces en aquella edad yo les hacía aburrida su plática que era interesante y eso hacía que se alejara. Se puede decir que yo empecé a tener amistades, con quien platicar, con quien confiar, se puede decir que fue ya tarde, como a los 28 años, tengo 35

entonces yo empecé a interesarme por mi cuenta en el estrés y la depresión y siento que me empecé a ubicar con ciertos cuadros, con ciertos síntomas y los empecé a asociar y dijo: no puede ser, o si puede ser, y si se lo comento , tendrá alguna relación, y así hasta que se lo comenté a un doctor, y fue el queme dijo que yo tenía depresión y yo no lo podía creer y me empezó a dar pastillas para tranquilizarme y me costó mucho trabajo aceptarlo, y entonces empecé a ver cualquier información de revistas que traten de ese tema yo lo leía. Hasta que de plano cuando iba yo a consulta había veces que unos doctores, si yo iba enfermo de la

<sup>65</sup> Entrevista: "El abandonado".

gripa o de la garganta o de otra cosa, el doctor me decía es que estas deprimido, cuando me dijeron a mi me daban ganas de llorar porque con el simple hecho de que me dijeran eso, yo sentí aun gran alivio y yo decía por dentro: si, si, es cierto yo me siento muy triste

**Pero no llorabas**

No, no, me aguantaba y había veces que manejando o caminando me daba por llorar y yo realmente hice mis conclusiones porque hay gripas que me dan por frío, pero la mayoría de las gripas de joven y yo sin saberlo me daban porque yo estaba triste e inquieto, igual la garganta, yo lo pude comprobar, cuando estoy bien, es raro que yo me enferme de la gripe o de la garganta, ahorita yo saque esas conclusiones y con lo que me dicen los doctores y he leído yo saque mis conclusiones y me da coraje que de chico en la secundaria o todavía antes me enfermaba yo y me llevaban al doctor y esa era la solución y ahora me da coraje, pero no puedo reclamar ya, pero si me da coraje: como es que no pudieras captar que yo estaba triste y por eso me daban las enfermedades, mi sistema inmunológico se caía y donde yo empecé a comprobar fue como por el 88 y 89 , en esos años yo me empecé a dar cuenta de que era porque yo estaba triste y deprimido

Me sentía como el ser mas insignificante y no le veía nada de chiste ala vida, un propósito por el vivir, algo de energía, de plano era un robot, salía comer porque de plano sabía que tenía que comer, pero no me daba hambre

yo me sentía perdido, permitía que todo mundo me insultara , no me defendía, una autoestima, creo que ni existía la palabra autoestima, creo que no valía la pena , lo digo así exagerado, pero así lo viví

me sentía como sentado como en el banquillo de los acusados por todo mundo y en todos los campos, , yo sentía que era el peor, me sentía el pero, eso me llevaba a conductas anormales,

**¿cuál es la emoción que domina la mayor parte del tiempo en tí?**

De... pues de... yo creo que de tristeza, de desesperación, de tristeza

**¿qué te hace sentir triste?**

Es que son varias, es que no soy muy expresivo, no tengo tanta facilidad

**¿siempre te ha costado trabajo expresar lo que sientes?**

Sí, bueno, sí, yo creo que sí

**Tu te percibes como una persona poco expresiva, pero ¿cómo crees que te perciban los demás?**

Igual, porque así en platicas me dicen que soy muy serio y que soy muy enojón

**¿eres enojón?**

No, no me considero enojón, lo que pasa que yo expreso, bueno, expresaba lo que sentía y decía las cosas tal y como son, aunque siempre calculando no lastimar

**Y ¿por qué dejaste de serlo?**

Pues empecé a auto castigarme

Me he hecho algo rencoroso, si, si soy rencoroso y creo que mas predomina que no soy rencoroso. Porque a final de cuentas no actúo, no arremeto contra la persona.

**Mejor te lo quedas**

Sí, exactamente y puedo seguir brindando mi ayuda

tenía un genio muy agresivo, de todo me ofendía o de plano no respondía, pero nunca daba una respuesta apropiada

**Mejor te guardaste tus sentimientos y todo eso que tenías**

Aparte de eso te lo tragas

**¿te lo has tragado todo este tiempo?**

Yo creo que si, te lo guardas<sup>66</sup>

**Platicame eres enojona?**

Sí

**¿de que te enojas?**

[ríe un poco] yo me enojo con mi mamá

**¿aquí en tu casa cuando te enojas con tu mamá, le contestas, le gritas o te aguantas el coraje?**

Me aguanto

**¿por qué te aguantas?**

Porque se enoja

**¿te enfermas cada cambio de casa o de cambio de escuela?**

<sup>66</sup> Entrevista: "El reclamón".

No, solo me deprimó

**¿lloras?**

Sí, extraño, porque ya me había acostumbrado

**¿cómo te gustaría que fuera o porque lo cambiarías?**

Porque soy muy débil  
cuando tengo depresión

**¿cómo sientes la depresión?**

Me siento muy decaída<sup>67</sup>

**¿cómo te sentías?**

Me sentía triste, me sentía triste [al empezar a hablar, comienza a llorar, y trata de aguantarse, para seguir con la conversación, pero por momentos se detiene y no puede seguir hablando] porque yo no podía hacer nada por ella [su madre murió por insuficiencia renal y tenía 30 años de diabética], porque ...la veíamos mas mal, no podíamos encontrar la manera en la que ella se sintiera mejor, me sentía presionada porque no tenía trabajo, porque a parte nada mas la estaba cuidando a ella, porque teníamos necesidad económica, porque teníamos muchos gastos de medicamento, me sentía sola porque de los 5 hijos que tienen nadie estaba aquí, porque si había algún problema en la casa era porque yo no estaba presente, estaba enojada con ellos, porque no tenían la atención con su padre, estaba enojada con los demás de la congregación porque no tenían la atención como la debería de tener, y me daban ganas de dejar todo, pero pues...no podía

yo sentía que si lo decía me iban a echar en cara las cosas, porque yo sentía que si yo llegaba a expresar eso, e iban a tachar como mal, como irresponsable, como muchas cosas, pero no sé.

Era deprimente, es frustrante para mí

Me quedé con ganas de decirle cosas a mi mamá, a lo mejor no muy agradables

**¿cómo de que tipo?**

De tipo sentimental, de que yo sentía

A mi tío siempre con ganas de que decirle cosas feas y reclamarle. le hubiera reclamado en el aspecto de que nunca me aceptaron como debieron de hacerlo siempre he sido muy cohibida, muy penosa, había veces que hacía comentarios, y yo mejor los pienso, no los digo

**¿cómo consideras tu carácter?**

Soy muy noble, soy muy sensible, no ofendo, no soy fuerte

**¿cuál es la emoción que tienes la mayor parte del tiempo?**

.... me siento afligida, siempre me siento afligida, es muy raro que yo ande en la calleo o llegue a mi trabajo con la sonrisa de oreja a oreja, siempre estoy afligida

**¿siempre has sido así?**

Siempre,

**Actualmente ¿cómo te sientes emocionalmente hablando?**

Por los suelos, mal, porque no creo que este bien, no

**¿qué sientes?**

me siento sola, siento en ocasiones miedo, un miedo, en ocasiones siento miedo, siento tristeza, me siento confundida, toda mal del cerebro, me siento afligida, me siento afligida. se perdió carisma, se perdió alegría

**¿y de chiquita de que te sentías afligida?**

No sé, tenía miedo, cuando estaba chiquita me daba mucho miedo que vinieran los familiares de mi padrastro, en ese momento me sentía muy afligida por esa situación y luego por el que llegaran los tíos y me vieran y dijeran: esta niña esta mal, es mala, es necia, irresponsable, todo eso me afectaba mucho a mí. El que me faltaran mis padres algún día, porque desde chiquita yo pensaba eso. Entonces eran momentos en lo que yo estaba sola y cuando venían me distraía, se me borraba todo, pero me volvía a ver yo sola. En ocasiones los maestros en la escuela se quejaban con mi mamá de que yo lloraba mucho, lloraba, estaba sentada en mi banca y lloraba, pero nunca supieron porque

**¿y porque, te acuerdas?**

me deprimó, me deprimó mucho, porque en la secundaria me llagaba pasar, que estaba triste, pero yo no sabía porque, sentía esa tristeza, en la prepa y me legó a pasar, había veces que estaba yo sentada y me ponía triste y me angustiaba tanto que me ponía a llorar t me preguntaban ¿por que lloras? Y les decía: no sé. Es que era sentimiento, no sé, era tanta mi

<sup>67</sup> Entrevista: "Hija única".

angustia yo no sé ni de que, que lloraba. Ahora lloro por la falta de mi madre. Antes lloraba por su enfermedad y porque no podía hacer nada, y porque no había trabajo y porque todo se me juntaba, ahorita pues porque no esta ella y no hay quien me apapache, Llegaba un momento en que me deprimía, sentía tristeza, y me deprimía y me deprimía, y me ponía a llorar, no sé porque<sup>68</sup>

tenía un carácter bien fuerte, cualquier cosa en los juegos yo tenía que ser la fregona y me los jodía

era peleonera y era de las que cualquier cosa y me los sonaba, era bien gacha, pobrecitos, pero después ya tuve a mis amigos, era muy independiente, aquí en la casa tenía el estigma de rebelde, desmadrosa enojona, pero yo en la escuela era muy tímida en la escuela mis amigas eran las nerds, en la primaria fui excelente, era de las que tenía diplomas era muy envidiosa

no era reventada, era tímida, no me jalaban, era la clásica que en las fiestas no me invitaban a bailar por ejemplo porque era muy sin chiste, en la escuela era todo lo contrario de lo que era aquí en la casa, es mas no era ni enojona allá, era tímida

Me quedaba callada

muchos años yo le tuve resentimiento a mi papá, me enojaba con él

A mi dolía mucho y me daba coraje que mi mamá me dijera que era loca

viví muchos miedos, mucha inseguridad

me ponía a llorar porque me dolía en el alma que me dijera esa palabra (puta), cuando me la decía, con esa palabra ,me daba en la madre,

pero yo si me quedé con ganas de que alguien me apapachara como mujer

me deprimía, pero estaba en eso, obviamente esa actitud hacía que yo tuviera muchas broncas en casa

a veces mucha competencia con mi mamá

le tomé muchísimo coraje a mi mamá, así horrible, es espantoso

a veces me entran mis crisis, pero son por momentos, hay veces que me gusta estar sola

a veces si de plano necesito el afecto

mi hermano y yo éramos las ovejas negras

yo siempre he dicho que mi estado de ánimo a lo largo de mi vida, ahora ya ha sido menos, pero todavía sigue, no puedo decir que ahora soy feliz y todo el tiempo soy alegre. Pero yo creo que siempre he sido como melancólica, bastante melancólica, pero a lo mejor yo me siento melancólica pero con la gente soy enojona. Que ya le he bajado mucho, siento que de un tiempo para acá ya le he bajado porque si era mas neuras y mas tristonas. A veces si me siento triste y no lo niego

bien la gente me ve contenta y en mi casa soy la enojona, en mi casa soy la enojona

me entran ganas de llorar

porque mis papás dicen; como que ha consolidado su concepto de que yo soy la fuerte

te digo que mis sentimientos mas fuertes es el coraje y la tristeza y es que yo era bien neuras yo estuve muy enojada mucho tiempo con mis papás, ha sido la época en la que mas resentimiento le he tenido,

No tuve el apoyo de mi pareja y ahora no tengo el de mi familia, me sentí en el abismo, en una inseguridad, un miedo, una neurosis

yo estaba encabronada con todo mundo, conmigo, fue una situación horrible

La tristeza de plano, te digo, es que yo soy así, cuando llego a tener mis crisis, yo soy enojona, a la gente le puedo gritarle, enojarme pero lo que en realidad yo siento es tristeza, yo era de las que me enojaba con mis papás por ejemplo y era de las que me agarraba del moco, pero entrando a la recámara era cerrar, era llorar y sentir mal

tuve una depresión muy fuerte

yo me considero afectiva<sup>69</sup>

Soy una persona muy posesiva, por lo tanto celosa, ordenada y obsesiva en determinadas cosas, pero descuidada en otras. Soy muy amiguera, demasiado, tengo amigos en todas partes y de todos los tipos. Solía serme riendo la mayor parte del tiempo y con todo mundo, hasta que me di cuenta de que en realidad estaba muy sola y triste.

<sup>68</sup> Entrevista: "La afligida".

<sup>69</sup> Entrevista: "La rebelde".

Soy muy inteligente para algunas cosas y utilizo mal a veces esa inteligencia, para dominar a los otros, para salirme con la mía, o para trabajar menos. Soy medio depresiva y llena de conflictos personales, siempre estoy conflictuada en cuanto que hacer, me cuesta mucho trabajo tomar decisiones y siempre me gusta que los demás hagan lo que yo quiero, pero eso en ocasiones me vuelvo manipuladora y controladora. También soy muy perfeccionista y exigente con los demás.

siempre fui muy peleonera, platicadora y sociable

verdad les guardé mucho rencor por muchos años a mis hermanos

empecé a sentir mucho coraje

pero siempre me mostraba muy alegre, pero me mostraba, no quiere decir que lo fuera

#### **Emoción más frecuente actual**

Pues la tristeza, la mayor parte del tiempo estoy muy triste, a veces no sé por que me dan episodios depresivos, eso no todos lo saben, porque aunque yo esté triste, pues no le digo, hago que no pasa nada y ya, solo en las noches lloro, lloro mucho por mi vida.

Suelo ser muy posesiva, desde mis amigos hasta familiares, quiero que me dediquen todo el tiempo a mi, que se preocupen excesivamente por mi, y me den todo.<sup>70</sup>

mi baja autoestima y mi deseo de ser querida y admirada por alguien.<sup>70</sup>

algo me enoja es porque yo estoy aquí trabajando y le ayudo a mi mamá y mi hermano esta en la casa rascándose la panza, eso me molesta mucho

#### **¿les reclamas o te quedas callada?**

A veces si cuando siento que es el tiempo, el momento lo hago, pero la mayoría de las veces me lo quedo callada o lo hago entre broma, pero eso me cuesta trabajo, no puedo

soy muy berrinchuda de que todo lo quiero como yo quiero que sea y espero que todo se cuadre a lo que yo quiero y cuando las cosas no se cuadran o salen de ahí, me molesta

cuando no recibo de la gente lo que quiero y como yo quiero, siempre con mi mamá es: 'dime que me quieres' y ella me dice que le cuesta mucho trabajo y eso me molesta

le guardo mucho resentimiento a mi hermano que me haya desplazado

siempre me estoy juzgando, como auto reprochando, no sé, como una mala hermana, como

mala hija, como que toda mi vida gira ahí, como que todo lo que haga gira ahí, y lo hago pero

me siento mal, y aunque lo hago me llevo la culpa y la carga, lo hago y con culpa, bueno fuera

que me rebelara y no lo hiciera y lo disfrutara, pero no, lo hago y siento la culpa

Yo me hice mas manipuladora.

siempre he estado buscando esa imagen paterna que me hace falta, aquel que me cuida y me protege,

yo buscaba eso, que me cuidara, que me protegiera, que me cuidara, que me mimara., que

cumpliera todos mis caprichos

así como que los sentimientos, que es algo muy personal me cuesta mucho trabajo, como que

tengo pegados con diurex los sentimientos

soy como que así de depresiones cíclicas

a veces pienso que no me he perdonado nacer, eso lo tengo instalado en el cuerpo la idea de

que yo le arruiné la vida a mi mamá

Y creo que no me he perdonado el haber nacido, como que no me lo he perdonado, como que

yo vine a arruinarle la vida a mi mamá

Me dan ganas de llorar así de todo

me dio mucha tristeza y de verdad me dio mucha tristeza hasta me empezó a dar un dolor en

el pecho.

#### **¿lloras o te aguantas?**

La mayoría de las veces me aguanto porque ya no puedo llorar, o sea, ya no, cuando estoy

sola trato de llorar y quisiera gritar, grita, gritar y no puedo, pero es tanta la pena, es tanta la

pena que aprendí de llorar que ya no lo hago, así tenga muchas ganas de llorar

Es que tengo un pinche problema con el que todo mundo me quiera.

no me he perdonado nacer, no puedo ser bonita, no puedo ser bella, no puedo estar bien, y

como que debo estar haciendo todo para que el otro esté bien conmigo por si la cago en algo

no se enoje conmigo y me deje de querer, y así son todas mis relaciones: por favor no me

dejes de querer

yo también estoy de la chingada

yo estaba muy acostumbrada de pequeña que yo lloraba con la almohada, y así lloro, tu no

me ves llorar, sin ruido, invisible, que nadie te vea, para no perder la compostura

<sup>70</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".

soy excesivamente racional  
 me quería sentir querida por ella (por su madre)  
 me hacía sentir triste, te repito el no tener alguien que este contigo preocupándose de que te termines un plato de sopa, o que si te lavaste las manos o que si ya hiciste la tarea, o X todo ese tipo de cosas si me afectaron demasiado, demasiado que siempre me dolió, el no tener a alguien ahí contigo algunas veces siento que soy demasiado dura y exigente en cuanto a las cosas.  
 Estoy mas bien como enojada la mayor parte del tiempo como que soy enojona por naturaleza  
 Como que soy muy histérica, muy loca, como que luego, luego me enojo por cualquier cosa, ellos han de decir que estoy medio locochona  
 Me siento frustrada  
 Yo siempre me he sentido sola, sola de no poder hablarlo con mi mamá abiertamente, así como que..., porque para mi fue como un pecado, algo de lo que me tengo que culpar, para mi fue mucho muy difícil, y hasta la fecha yo no puedo abrir este sentimiento de remordimiento que tengo por eso ahora para mí es difícil hablar,  
 Nunca lloré, Me aguantaba, Porque sentía que no tenía el derecho, el derecho de tener la libertad de llorar, de sufrir o de superarlo, y mejor no, pero siempre fue el aguantarme de todo casi siempre trato de no mostrarme débil, a veces no mucho. Casi siempre , mas últimamente no puedo llorar, no sé si es porque me quiero aguantar o es porque no puedo, pero hay veces que me siento tan, tan cansada de aguantar tantas cosas que a veces con la mínima cosa exploto, así sola en mi casa  
 Antes lloraba de todo, y a raíz de esto ya no, yo era de sentir compasión, de que no tengo el derecho de sentir o a que sientan por mí o yo sentir por alguien cuando yo fui capaz de hacer algo así  
 NO me lo he perdonado, no es que lo creo, no me lo he perdonado ni puedo perdonármelo.<sup>71</sup>

me defino como una persona que lucha por sus ideales, a veces un poco floja, a veces hecho la hueva, que cuando se decide hacer algo lo hace  
 Yo siento que soy una persona fuerte y decidida, pero a veces siento que las personas de afuera me ganan,  
 yo me siento tensa, procuro ser demasiado cortés con las personas, pero estoy un poco tensa porque siento que no hago lo que debo de hacer, siento que le estoy flojeando.  
 me enojo con facilidad, pero digo: 'estoy enojada, no me hablen', porque cuando estoy enojada suelo ser muy hiriente y mejor me encierro, me encierro porque no me gusta echar pleito y prefiero no hablar.  
 Me daba tristeza porque en ese tiempo me sentía muy sola, sin mi mamá ni nada, a mi mamá nunca le platico,  
 estaba yo muy triste[ empieza a llorar] esa es mi vida, ya se me había olvidado  
 me siento sola, y es que siento que no hay apoyo moral, no físico, sino emocionalmente, a veces quisiera que mis padres me apoyaran, pero ellos ya tiene un ideal de que así es la cosa y así esta bien y no se puede. Luego me abrazo yo solita<sup>72</sup>

#### ¿cómo te definirías como persona?

Alegre, divertida, luego tengo ideas muy locas, pero también soy muy sentimental y a veces es donde pierdo  
 empecé a aislarme mucho, inclusive muchas veces pretendí suicidarme,  
 siempre traté de salir, de salir, de salir para que no invadiera la tristeza y no estar en la casa, porque simplemente me traía malos recuerdos ,muy triste, sumamente mal  
 Trato de no desanimarme, hay veces que hay cosas que no me parecen y me deprimen, pero no me dejo caer, ya muchas veces en mi juventud me deprimí y aun así no me dejé vencer, aquí menos y a esta edad, ya no, a mi edad no estado deprimida, si lloro de repente  
 Sí, me invade la nostalgia, la rabia, todo  
 soy enojona hay cosas que de verdad me frustran, me llenan de coraje, de rabia,

<sup>71</sup> Entrevista: "La imperdonable".

<sup>72</sup> Entrevista: "La relegada".

me considero como un persona alegre, aunque hay veces que sacas la sonrisa por nada, por diferentes circunstancias, pero por lo regular trato de no estar sola, siempre busco una compañía<sup>73</sup>

Siento que soy seria, de carácter fuerte, me adapto a las circunstancias soy a veces muy susceptible, a veces puedo estar muy triste, o contenta o voluble, me siento rara, una sensación rara, como melancólica paso de la melancolía a la risa, de la risa al llanto, y así. O enojada de que no me toquen  
**¿eres de las enojonas de las que grita y ya o de las que se guarda?**  
 Saco, a mi no me gusta quedarme callada, siento que ya lo saqué todo y descanso.<sup>74</sup>

siento además como que si requiero que alguien me mimara, como que me siento muy sensible

Yo lo que he sentido es esa necesidad de sentirte querida, pero no de ... querida, pero no utilizada, esa sensación que tengo

Yo me percibo como una persona sensible. Me considero una persona muy exigente porque me gusta que las cosas que creo yo que a mi creer deben de ir de tal manera, me molesta que las demás personas las hagan de otra manera o que molesta si no las quieren hacer como yo creo que son y también muy sensible, porque muchas veces con cualquier cosita me deprimó o me siento ofendida

Me considero una persona tranquila, me considero una persona servicial porque me gusta siempre ayudar o que veo que alguien esta necesitando de alguien, también me considero que soy una persona que me gusta escuchar los problemas de los demás porque yo en ciertos momentos he sentido esa necesidad de que alguien me escuche, quizás la gente que esta a mi alrededor no me ha servido así o quizás no les proyecte esa necesidad

a veces siento un vacío dentro de mí [a partir de este momento su voz se hace quebradiza y su volumen mas bajo, sus ojos se llena de lágrimas y contiene el llanto], quisiera no sé, que me apapacharan, simplemente que me escucharan

como que soy muy aislada

que tenía mucho coraje con él (su padre) y que lo odiaba

lo había odiado mucho tiempo, y también a mi mamá,

Me enojo con facilidad, tengo facilidad para enojarme cuando creo yo que las cosas deben de ser de cierta manera y las personas las hacen diferente a como yo quisiera que las hicieran, es cuando me llevo a enojar, pero es muy raro que me enoje, eso es lo que a veces no, es como que impulsiva<sup>75</sup>

a veces muy tímida, soy seria a ves yo soy del tipo serio, tranquilo introvertida, soy así como callada.

Tuve una depresión

A mi esposo lo siento distante, necesito que me apache, como que siento un vacío.

**¿Cuál es la emoción más frecuente que presentas?**

Ansiedad, tristeza, antes yo era muy enojona.

Yo me sentía vacía<sup>76</sup>

Soy enojona, pero por momentos,

si me siento nostálgica, la emoción tristeza

nada mas de repente. Porque soy alegre, pero si siento que de repente me bajo de tristeza no me gusta que la gente me vea llorar. No para que, porque lo primero que te dicen es: ¿qué tienes? y lo que no quiero es que se enteren. Pero de repente siento tristeza

**¿desde niña?**

Desde niña, pero me aguanto

**¿por eso tratas de ser muy alegre?**

<sup>73</sup> Entrevista: "La chillona".

<sup>74</sup> Entrevista: "La solitaria".

<sup>75</sup> Entrevista: "Falta de cariño".

<sup>76</sup> Entrevista: "La tímida".



Aja, y de hecho si soy así  
he sentido la depresión, es cuando siento como un miedo<sup>77</sup>

Yo me siento una persona completa, pero completa con la vida,  
Soy un apersona que afloro mi carácter en todo momento, A lo mejor de momento grito, pero  
es porque quiero demasiado que estén las cosas como yo quisiera,  
Me sentí yo deprimida  
Yo siempre ando muy alegre. Yo soy muy platicadora, muy sociable<sup>78</sup>

Pues yo me figuro que soy una persona de buen carácter, amable, un poco enojona  
Me siento triste  
**pero alguna vez que se siente con esos sentimientos ¿se los comunica a alguien o se queda callada?**

No, me los quedo callada, para mí  
me gusta mucho reservarme mis cosas. Porque siento que es mejor porque siento como que  
no es bueno abrirte del todo con la demás gente, no me permito a veces ni llorar. Aunque este  
a punto de llorar me lleno de coraje en ese momento<sup>79</sup>

Tengo ganas de un afecto  
de todo lo que he vivido me tenía mucho coraje, tenía coraje conmigo misma  
ya me quiero a mi misma, yo antes no me quería  
no era nada positiva, siempre muy negativa  
sentía que me pedía mas y mas, era una persona muy.. era una juez, yo solita me juzgaba y  
me juzgaba siempre mal, nunca estaba conforme, me exigía demasiada y por lo tanto a los  
demás también les exigía. Sentía impotencia, tristeza, me culpaba  
mira hay gente que me ve y dice que soy muy feliz, porque a veces estoy sola y estoy  
cantando, pero porque trato de maquillar mi vida, trato de darle otra cara, que si fui infeliz,  
todo eso que me lastimaba ahí estaba  
pero yo no quiero tener resentimientos  
**¿has sufrido depresión alguna vez?**  
Sí, las depresiones si  
**¿desde cuando?**  
Desde niña, desde que supe que era huérfana, desde ahí siento que soy depresiva<sup>80</sup>

### 3.3.4 Tratamientos

Los seres humanos siempre han luchado en contra de la enfermedad para restablecerse. El cuerpo mismo esta diseñado con esa capacidad de homeostasis que le permite mantenerse en un estado de relativo equilibrio, sin embargo cuando este proceso es insuficiente, debido a que siempre habrá ambientes propicios para el desarrollo de las enfermedades, los humanos desde los albores de la humanidad han intentado por diversos medios recobrar la salud, han inventado y

<sup>77</sup> Entrevista: "La alegre".

<sup>78</sup> Entrevista: "La comelona".

<sup>79</sup> Entrevista: "Sin descanso".

<sup>80</sup> Entrevista: "La trágica".

transformado los métodos de diagnóstico y tratamiento de las enfermedades con la finalidad de obtener mejores resultados.

La medicina occidental, basada en la medicina alópata, donde se concibe que la enfermedad proviene de un agente externo, pretende eliminar este agente patógeno de diversas maneras.

Por otro lado están los remedios caseros que se aplican a un sinnúmero de enfermedades y que se prescriben bajo la responsabilidad del que lo recomienda y de quien lo recibe, generalmente, pero no en su mayoría son inocuos. Estos con un origen y tradición ancestral y transmitidos oralmente de generación en generación. Mientras que otros en su desesperación por recobrar la salud han recurridos a tratamientos denominados alternativos.

A continuación vemos cuales son los tratamientos mas comunes empleados por los pacientes amigdalíticos para aminorar los síntomas o desaparecerlos en su totalidad

**¿nunca consultaste a un médico?**

las primeras veces que me dio sí, de ahí en fuera ya sabemos que pastillas me tomo y ya

**y que te dijeron en el doctor?**

Que tenía una infección en la garganta. No me acuerdo que tomaba

**¿te hicieron análisis?**

Me dijeron, abre la boca, saca la lengua y di AAA. Y ya después de un tiempo me di cuenta que cuando tenía infección en la garganta se veían 2 agujerotes en la garganta

A mi mamá

**¿qué te decía ella?**

Tómame esta pastilla

**¿ella te medicaba?**

Sí

**¿y que haces?**

Me rasco

**¿solito o con una gasa?**

Me rasco principalmente el paladar

**¿te sale salpullido?**

No

**¿te rascas con el dedo o con una gasa?**

A veces me agarro el cepillo de dientes

**¿no te sangra?**

No, porque lo hago con cuidado, no soy tarugo<sup>81</sup>.

que a cada rato inyecciones, inyecciones, como mi mamá es de las que mejor inyecciones a un jarabe,

<sup>81</sup> Entrevista: "El enojón".

<sup>117</sup> Entrevista: "El indiferente".

siempre me llevaba al doctor, haz de cuenta que siempre me platica. Si ya hasta el doctor te conocía y decía: otra vez este chamaco. Ya después obviamente vas creciendo y te va diciendo: tómate esto y ya vas así...

Y a veces si me tomo que me dice: tómate, esto, tómate aquello.

**¿de remedios caseros o de medicina?**

No, medicina

**¿remedios caseros no te hacen?**

No, casi no. Aunque a veces la miel con limón. Antes, antes, mi mamá me daba mucho lo que era, el tomate caliente, así en la garganta, nada mas de pensarlo me daba asco porque aparte de que se siente horrible, te quema por dentro, pero algunas veces si llegaba a funcionar. En la noche ya el tomate pues lo cortaba y lo ponía en el sartén a calentar y luego me metía el tomate hasta dentro en la garganta, me lo untaba y ya después me cubría la garganta con una bufanda o algo que me mantuviera caliente y ya

cuándo te enfermabas tan seguido no te decían que mejor te quitaban las anginas

alguna ocasión el doctor si me llevo a decir que mejor me quitaba las anginas para que no sufriera tanto de esa enfermedad, pero no, solo fue una ocasión, pasó, no quise y yo de hecho yo decía que no

**¿por qué? ¿te daba miedo?**

Sí, me da cosa

medicamento, pastillas

**¿qué es lo que normalmente te recetan?**

*Ampicilina* y ... la mayoría de las veces *ampicilina*<sup>82</sup>

el clásico remedio del doctor que te manda penicilina y con eso te va salvando, te vas salvado pero después me hice alérgico a la penicilina. Inclusive la cercanía con mi hermana Karla desde la infancia que te platicaba porque ella también sufría de los mismos, inclusive a ella intentaron quitarle las anginas

me daba una pastilla para la temperatura; *Neomelubrina*, a continuación íbamos al doctor y este me recetaba lo mismo; penicilina y ese era el método

**¿métodos caseros?**

No, prácticamente no, había el clásico de miel con limón

entonces optamos por otras cosas, que te truenan las anginas, también fuimos con homeópatas

**¿cómo fue ese tratamiento?**

El homeopático fue el que me sacó adelante, fue algo tardado, hubo algunas reacciones, porque a veces estaba medio mal, iba y me ponía mas malo, pero al final tenía éxito

**¿todavía sigues con el homeopático?**

Sí, hasta a la fecha

**¿puros chochitos o agüitas?**

Sí, puros chochitos

¿te los tomas solo cuando estas enfermo?

Inicié un tratamiento, me lo tomé cuando estaba enfermo, cuando me curé seguí un tratamiento por algunos meses el cual reactivó mis defensas y no sé que mas que me explicó la doctora.

me tomo un *Neomelubrina* porque por lo regular me levanta<sup>83</sup>

**¿qué era lo que te daba?**

Me daba de todo. Me empezaron dando los clásicos *tempra* y esas cosas, después me empezaron a inyectar penicilina que esa me funcionaba bastante bien, se me quitaba, pero a la siguiente semana me volvía a dar y ya no me servía la penicilina, así estuve dos o tres veces, es que yo me enfermaba cada semana, bueno de uno o dos meses me enfermaba una o dos veces mas o menos y era clásico ir al médico

me tomaba algo como un jugo de limón o miel con limón

ajo con limón picado, picabas el ajo y le echabas jugo de limón y te lo pasabas, nada mas que ahí el problema era la gastritis

me tomaba dos o tres pastillas

**¿de que pastillas?**

<sup>118</sup> Entrevista: "El independiente".

*Tempra con paracetamol. Lo que siempre me tomaba era *tempra* para la calentura, que era lo que me acaba mas y ya lo otro lo podía sobrellevar más.*<sup>84</sup>

*siempre estaba en el seguro, el ISSTE, Salubridad, particular, naturista, de todo, alternativas, de todo*

***aquí nada mas le doy guayabas***

***¿qué tratamientos le dieron?***

*Me dieron varios en el seguro, de medicina alternativa, de chocitos y no, de todos modos*

***¿Que le hacía?***

*Unas hierbitas y si le desinflamaba la garganta, le ponía fomentos en el estómago para la temperatura, hace gárgaras con unas hierbitas y así*

***¿en el seguro que le daban?***

*Penicilina, esas de 1 200 000*

*ha probado de todo*

*Sí, tantas cosas que ya ni me acuerdo, que me daban de medicina*<sup>85</sup>

empecé a tomar medicina naturista del Shaya Michán

Si me llevaban al doctor, pero cuando estaba tranquilo, pues ellos me daban el medicamento, me daban algún tipo de té, agua de limón con miel

Sí los remedios clásicos, entonces si me enfermaba mucho, de hecho me dieron una receta que es buenísima que es ponerle ajo, limón, cebolla y otros ingredientes, lo hechas a la licuadora con miel y te lo tomas dos veces, una cada día y se te corta la gripa. Y he estado yendo con doctores y no me lo quitan.

Luego volví a ir otra vez y me mandaron medicina, y pues nada

me tomé los remedios caseros y esos, el de Shaya Michan

Sí, homeópatas, pero no han podido, no han podido quitarme la enfermedad

me fui con otro y tampoco

***¿también homeópata?***

Sí, también homeópata y no pudo, así. Hace poco fui con otro médico y pues quien sabe, vamos a ver que onda.

***Medicina alópata ya no?***

No, la alópata ya no<sup>86</sup>

los doctores decían que mis amígdalas son mas grandes. Lo que mas recuerdo y es muy doloroso son unas inyecciones muy dolorosas en donde me dejaban muy adolorido. Y mi mamá me hacía remedios caseros.

***¿te acuerdas de que fue el tratamiento que te dieron?***

no, pero me da la impresión de que fue penicilina un poquito mayor

***¿de un millón 200 mil unidades?***

Si, yo creo que sí, era muy agresivo, Había quienes decían que me iban a quitar las amígdalas, algunos doctores manejaron que no que ya no era el procedimiento, que ahora había que cuidarlo lo mejor posible

***¿te lo dijeron en el hospital o fue un especialista?***

No, mi mamá nos llevó con un especialista, pero el dijo que no, que mas bien era de lavados de garganta, y no mas allá, pero de hecho el asunto se volvió de que con una lavada, antibiótico, *pentrexil* se me quitaba

***¿ay ni ibas al doctor?***

No, ya sabía me automedicaba

***¿tu o tu mamá?***

Yo, yo aprendí, cuando me dolía la garganta ya sabía que hacer. Actualmente me hago un lavado con *isodine bocofaringeo*, después aprendí y lo practiqué... pero me costaba trabajo porque sabe horrible, el carbonato con limón, el carbonato con limón y hacer gárgaras, procuro hacerlas en ayunas o por las noches

<sup>84</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>85</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>86</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

mi madre regularmente nos vitaminaba y nos hacía, nos daba *Aderojil* para los cambios de tiempo y todo eso<sup>87</sup>

**¿visitaste a algunos médicos?**

No, hasta la fecha

**¿cuando te sienta mal que haces?**

Tomo pastillas

**¿pastillas de que?**

halls, de esas nada mas para alivianar la garganta

**¿pero nunca has tenido un tratamiento?**

no<sup>88</sup>

muchas veces me llevaban al hospital  
siempre estuve yendo al medico, a los médico, hasta el Otorrino  
le decían a mi mamá que no podían operarme

**¿por qué?**

Por que iba a ser peor si me operaban y siempre me lo controlaban con medicamento  
me daban *Dimetab*, *Ampicilinas*, en el seguro me dan medicina, un tiempo que iba al Otorrino  
me daba *Pseudoefedrina*, *Clorfeniramina compuesta*  
pues iba al doctor de ahí de la fabrica, pero ya sabes como son, te dan una pastillita y quieren  
que con eso se te quite, lo que quieren ellos es que sigas trabajando  
me gusta tomar mucho el refresco frío, con hielo

**¿estando enfermo te lo tomas?**

Sí, porque siento fresco como que me refresca la garganta  
luego me dice mi mamá que haga gárgaras con vinagre o de limón con carbonato  
hubo una vez que me puse 30 inyecciones de *Garamicina*<sup>89</sup>

hace como un año, estaba yo viendo si me operaban y no que por mi edad ya es riesgoso, de hecho en el seguro social trataron de operarme, me mandaron con un especialista, pero el especialista dijo que por mi edad ya era peligrosa la cicatrización, que podía haber una hemorragia, que ya a mi edad era delicado, que eso debió haber sido de chico, que según que como él me veía no era necesario. Pero el otro doctor en particular me dijo que era muy riesgoso y que cuidándome era suficiente, y si me confirmó que se podía complicar por una hemorragia, la resistencia no es la misma que cuando uno es niño.

Me llevaba al doctor, pero de tanta penicilina que me dieron de niño  
eran las pastillas y el *vic vaporub* para poder respirar bien

**¿te lo untabas el vic vaporub?**

Me lo untaba o lo calentaba y me echaba en las piernas

Estuve tomando mucho medicamento, pero soy muy malo para recordar los nombres de los medicamentos. Pero eran inyecciones, era para la garganta y no recuerdo, pero sí tomé bastantes medicamentos, me cansé, me harté de tomar tantos medicamentos

**Y que dijiste ya solo me compongo o ¿que?**

Pues sí, es que ya es mucho tanto medicamento y ni me hace bien , y todavía fui a otro médico, fui con otro doctor. ¿cómo se le llama a esa medicina? Alternativa, tomando unos productos, medicamentos disque alemanes que me salieron en un ojo de la cara, y eran gotas, ya no eran pastillas, era medicina alternativa, seria...

**¿Naturista?**

Como naturista, dentro de esa rama, que te ve por medio del iris y no tampoco me hizo, no me hizo efecto nada, ningún medicamento y varias personas, pues la familia o los Testigos me decía: tómate esto, remedios caseros

**¿te los hacías también?**

sí me los llegaba a tomar,

ya hasta fui con otros doctores, ya tomé esto, ya tomé el otro y no hay cosa que me haga efecto, que me alivie<sup>90</sup>

<sup>87</sup> Entrevista: “*El consentido*”.

<sup>88</sup> Entrevista: “*El violento*”.

<sup>89</sup> Entrevista: “*El abandonado*”.

**A ti te llevan al doctor o ya tu mamá tiene la medicina**

Me da la medicina

**O sea que ya no vas al doctor**

Aha,

**¿qué te hace? ¿qué te cuida?**

Jugo o vitaminas

**Y medicamento?**

Sí

Trato de tomar mucho agua

Inyecciones y pastillas<sup>91</sup>

**¿qué tomabas?**

Mira, te voy a decir: el *Desenfrinol D* me baja la presión, el *XL3* no me hace, el *Teraflu* no me la quita, nada mas me la tranquiliza, pero no me la quita y dicen en la tele que si te la quita. El *Tabcin* no lo he tomado. Tomo de los productos de los de mi papá, de *Omnilife*, tomé mucha naranja, limón<sup>92</sup>

me acuerdo que a veces si me llevaba al doctor y a veces como ya se sabía las medicinas me decía: tómate un *flanax*, tómate un esto para la tos y mas bien era automedicación si hay dinero compraba las medicinas, si no, tómate una miel con limón mi mamá me ponía gotas o un ajo, me llevaban al Otorrino<sup>93</sup>

íbamos al IMSS, me recetaban medicina

me empezaron a llevar con un otorrinolaringólogo, y tuve muchos tratamientos

Consulté siempre a muchos médicos

el otorrino me dio un último tratamiento con *penicilina* y dijo que era lo último que podía hacer por mí. De ahí empecé a buscar alternativas. Primero fui con un homeópata, luego busque otro y encontré una homeópata, que me daba unas vacunas cada 15 días por mucho tiempo, como un año, y la verdad también me funcionó porque en ese tiempo o me enfermé, o al menos no de gravedad porque no me acuerdo. Consulté un acupunturista, y de ahí ala fecha sigo con ese tratamiento,

casi todo el tiempo estaba medicada, de hecho yo iba al seguro y ya hasta sabía que me iban a dar y en qué dosis. Y los tratamientos alternativos me costaron mas trabajo, porque requiere de elaborar tés y cosas así, para empezar irlos a comprar, que es difícil andarlos consiguiendo, luego hacerlos y tomártelos, y en al caso de un homeópata me prohibía algunos alimentos, eso se me hacía muy difícil<sup>94</sup>

me acabé 7 jarabes, me tomé las *perlas de Tesalón*, me acabé un montón de medicamento un té con tejocote, bugambilia, guayaba y eucalipto, no era bugambilia, era eucalipto, las bolitas y endulzado con miel y el jarabe *broncolín*, con unas gárgaras se me quita, de limón con bicarbonato me daban inyecciones e inyecciones, inyecciones me llegué a tomar *pentrexil*, ya ves que hay de un gramo, me llegué a tomar dos de 1 gramo cada 6 horas pero siempre *penicilina*<sup>95</sup>

una mielecita con limón o cositas

<sup>90</sup> Entrevista: “*El reclamón*”.

<sup>91</sup> Entrevista: “*Hija única*”.

<sup>92</sup> Entrevista: “*La afligida*”.

<sup>93</sup> Entrevista: “*La rebelde*”.

<sup>94</sup> Entrevista: “*La quejumbrosa*”.

<sup>95</sup> Entrevista: “*La imperdonable*”.

Entonces empecé a ver un médico, me mandó a hacer un exudado y varias cosas y me dijo que estaba bien, que no tenía ningún virus o bacteria o hongos.  
 sentí un poco de calmante el comer el hielo  
 Pero yo acudí al médico y nada mas, pues tiene un poco irritado, no tiene gran cosa, o sea no pasaba de tener una pequeña infección en la garganta  
 me ponía dos o tres ampolletas para la infección en la garganta según  
 con un tesito caliente, una cápsula de *Eritromicina*, *Dicloxacilina*,  
 Era *ampicilina* con *ácido clavulánico*, las dos juntas, era una cápsula diaria y siento que me las controló un poco mas, complementado con un enjuague bucal que se llama *vantal* que nada mas es para adormecer la zona de la garganta y era un poquito lo que me ayudaba. Ya fuera las gárgaras, y me tomaba la pastillas y ese *Vantal* se me quedó mucho tiempo, cuando yo llegaba a sentir esa molestia, hacía unas gárgaras y se me adormecía y podía yo conciliar el sueño. Hubo veces que hasta en mi desesperación agarraba una gasa y frotaba yo las bolitas, las amígdalas y las tallaba porque sentía yo una comezón desesperante entonces frotaba la gasa con alcohol, y me ardía, pero yo sentía alivio hasta cierto punto.  
 gárgaras de bicarbonato<sup>96</sup>

Yo lo que hago desde que era infante era que me pongo alcohol en la noche y me tapo bien.  
 Mi papá si, el me da *pentrexil* o algo que tenga  
 entonces yo me automediqué Tomé *Aderojil* por una semana, una diaria, a los 15 días me tomé otra vitamina que me recomendaron que es *vitamina B*<sup>97</sup>

me las querían operar pero mi papá nunca quiso, y que bueno porque conozco a gente que se las han operado y cuando se enferman, la infección la traen mas abajo, ya no les cae el medicamento, ya no se componen tan rápido, es horrible, así que, que bueno que no me las quité  
 mi mamá me llevaba al doctor, como nunca habíamos tenido seguro, entonces siempre tuvimos doctor de cabecera y el doctor nos daba medicamento, inyecciones al momento y ya. El tomate asado mi mamá me lo ponía, pero también con el dedo me las lavaba, pero te sangran. Tiene que ir caliente, lo partes en cuatro, le quitas la semillas y nada mas con la rebaba que tiene el tomate, y entonces lo metes y tallas, que unos más sádicos le ponen el bicarbonato, pero yo no, si a mí me sangran, porque de por si yo creo que yo tueno las bolitas esas que se ven  
 nos metía una tina de esas grandotas de fiero y nos calentaba agua y le ponía algodón y no sé que tantos menurjes y nos bañaba y nos tapaba, nos cambiaba rápido, aparte nos ponía alcohol en las piernas o luego manda a traer el doctor y ya  
*Trimetoprim* y para la gripa yo la compre aparte *Afrinex*,<sup>98</sup>

Ya sabes uno se automedica. Mi suegro como sabe de medicina, luego era el que me andaba recetando  
 No me acuerdo específicamente del medicamento, pero ya sabes que es penicilina  
 Otorrinos, me han mandado nada mas medicamentos, y el último Otorrino dijo que me iba a hacer una prueba de alergia  
 a todos nos hicieron un exudado, y salió negativo, de hecho el de él hasta la fecha sale negativo, flora normal<sup>99</sup>

lo único que procuro es tomar el té caliente, té caliente,  
 normalmente con el médico general, pero después mi mamá me llevó con un homeópata, él me dio un tratamiento de chochitos  
 me llevaba al seguro o algún doctor<sup>100</sup>  
*Bactrim* siempre, luego, luego, *bactrim*

<sup>96</sup> Entrevista: "*La culpable*".

<sup>97</sup> Entrevista: "*La relegada*".

<sup>98</sup> Entrevista: "*La chillona*".

<sup>99</sup> Entrevista: "*La solitaria*".

<sup>100</sup> Entrevista: "*Falta de cariño*".

me daban, *bactrim o Pentrexil o Flanax* para desinflamar porque el dolor es por lo inflamado, entonces eso era lo que tomaba  
yo sola me medicaba, yo no iba al médico<sup>101</sup>

pasaba mi abuelita me decía: come *vaporub* hija, come *vaporub*

**Pero no te llevaba al doctor?**

No,. Y ahí me tienes toda la noche comiendo *vaporub*. Pero yo decía que me dieran otras cosas, y es que ella decía que no, que con eso,

**¿medicamentos tomaste algún tiempo?**

Sí, *penicilina*

gárgaras de vinagre con *cafiaspirina* para que se me calmara la comezón<sup>102</sup>.

mi mamá lo que nos hacía eran curaciones casera: carbonato con manteca y un poquito de sal, era frotado en la plantas de los pies, el estómago. Para la temperatura les ponía un jitomate en el ombligo

el tratamiento, el antibiótico, que eran dos o tres prescritos indicados para mi bacteria

me mandaron un antibiótico *ampicilina y napoxeno*

a veces tenía puntitos blancos y al grado de hasta con la uña me los empezaba a quitar y si me las sacaba,

me mandaron los tipos de antibióticos que me tenían que mandar y me mandaron uno de ellos, *Garamicina*, hasta me dijo el doctor el primero con el que fui: se pone 5 ampolletas, me mando *el paracetamol y el diclofenaco*<sup>103</sup>

Me curaban haciendo gárgaras de limón. Ya cuando fui creciendo ya me curaba yo sola con limón, con tomate. Se pone uno tomate en la planta delos pies, en la garganta, se embarra uno de tomate, que para que le baje el calor, porque son de calor y pues así fue transcurriendo todo el tiempo

allá se acostumbraba a ir con las curanderas

me tomo que los limones, que todavía me hago mis tomates hago gárgaras con glicerina y jugo de limón. Una vez que también me puse bien mal me las reventaron con los dedos

Me tomaba medio vaso de jugo de limón y le echaba tres aspirinas y le revolvía bien hasta que se deshacían y me las tomaban y ese era mi remedio así rápido

hace tiempo fui con un médico y me puso unas ampolletas mensuales, mensuales o cada ocho días, ya no me acuerdo, eran unas ampolletas contra la gripa o no sé que. Pero es época me puse como 7 nada mas, porque me dijo que eran 30,

hacía gárgaras y eso, a ver si no sale mal, porque agarro y me meto algodón y me lavo. Y ahorita para que no me dé todas las mañanas a la hora de lavarme los dientes con el cepillo me doy una pasada en la garganta<sup>104</sup>

me puso como 4 inyecciones de *Garamicina*

le pedí a una de las doctoras que vienen a poner las agujas que si me podían dar alguna vacuna defensas porque mis defensas estaban muy pobres y me dieron una medicina que dice que era de una toma

Porque fui con el Otorrino para los bronquios y me dijo que eran las anginas las que eran el foco de infección que yo tenía ahí, que por eso sufría muy seguido de la garganta, la laringitis venía de ahí de que las anginas ya están infectadas, ya están mal

**¿decidieron que te las van a quitar?**

Si. Fui con el Otorrino de San Cosme, me mandó queme untara unos aceite y me pusiera bolsas de agua caliente en los pulmones y bronquios, así tres días sin salir de mi casa ni bañarme<sup>105</sup>

<sup>101</sup> Entrevista: “*La tímida*”.

<sup>102</sup> Entrevista: “*La alegre*”.

<sup>103</sup> Entrevista: “*La comelona*”.

<sup>104</sup> Entrevista: “*Sin descanso*”.

<sup>105</sup> Entrevista: “*La trágica*”.



### 3.3.5 Resultados

Los resultados obtenidos dependerán del tratamiento que se haya empleado. Generalmente el paciente siempre espera recobrar la salud del modo mas rápido, sin embargo en la mayoría de los casos ese deseo se ve frustrado y por el contrario se ven pocos resultados, lentos y poco duraderos. En muchas ocasiones se va en busca de mejores resultados, en otras, mejor se trata de ‘olvidar’ el padecimiento, dejando sin tratamiento la enfermedad, agravándola o volviéndola crónica. Esto debido a que los recursos económicos son insuficientes para buscar nuevos métodos terapéuticos que ayuden a recobrar la salud.

Hay otros casos en que los resultados lejos de ser los esperados, empeoran la situación, producen alergias, inmunizaciones y otros secuelas en algún otro órgano del cuerpo que no presentaba ninguna molestia.

En pocas palabras la calidad de vida del paciente disminuye ya sea de manera gradual o de súbito, trayendo consecuencias a diferentes niveles.

A continuación veremos cuáles han sido los resultados obtenidos de los tratamientos que los pacientes con amigdalitis crónicas han obtenido.

**¿si sentías una mejoría?**

Era lento

**¿qué tan lento?¿ cuanto te duraban?**

Una semana<sup>106</sup>

yo pienso que en parte te va haciendo inmune el cuerpo, tu cuerpo se va haciendo inmune a las inyecciones y obviamente esto trajo muchas consecuencias, a veces las inyecciones ya no me hacían nada.

En la noche ya el tomate ... en la garganta, me lo untaba y ya después me cubría la garganta con una bufanda o algo que me mantuviera caliente y ya, que se siente horrible, te quema por dentro, pero algunas veces si llegaba a funcionar

**¿si se te desinflamaba?**

Si

Si, con medicamento, pastillas

**¿te funcionan?**

No, porque obviamente no me gustan las inyecciones, y prefiero, ahorita que ya puedo decidir, mil veces pastillas que inyecciones, no me gustan las inyecciones,

**¿o te has hecho alérgico o inmune?**

Yo creo que si. Alérgico no, pero yo creo que inmune si

**¿ya no es el mismo efecto de antes?**

Aha<sup>107</sup>

<sup>106</sup> Entrevista: “*El enojón*”.

<sup>107</sup> Entrevista: “*El indiferente*”.

llegó un momento en el que vimos que la penicilina no resultaba  
El homeopático fue el que me sacó adelante, fue algo tardado, hubo algunas reacciones,<sup>108</sup>  
Entonces el tratamiento ya lo cumplí, y me sigo enfermando pero ya no tanto como antes

*penicilina* que esa me funcionaba bastante bien, se me quitaba, pero a la siguiente semana me volvía a dar y ya no me servía la *penicilina*,  
Y como ya había tenido la experiencia de la intoxicada buscaba otros remedios. Uno buenísimo era ajo con limón picado, picabas el ajo y le echabas jugo de limón y te lo pasabas, nada mas que ahí el problema era la gastritis (ambos reímos) pero prefería un dolor de gastritis que andar con gripa.  
y ya sabía que los tres primeros días no iba a pasar nada me tomara lo que me tomara, y ya sabía que los tres primeros días no iba a pasar nada me tomara lo que me tomara<sup>109</sup>

*nada mas le doy guayabas y se le quita*

**¿notaba algunos cambio?**

*Si, pero después ya no.*

*Unos chochos que me dio un doctor y me dio buenos resultados<sup>110</sup>*

empecé a tomar medicina naturista del Shaya Michán y ya. Me cortó la gripe, y hubo temporadas seguidas que no me enfermaba.

Y a partir de que estuve tomando esos remedios te digo que hubo un año o año y medio que no me enfermaba nada, nada, nada.

Y he estado yendo con doctores y no me lo quitan.

Luego volví a ir otra vez y me mandaron medicina, y pues nada

Cuando me tomé los remedios caseros y esos, el de Shaya Michan, me lo cortó así de atajo, pero así de que ya no, en un año y medio ya no me enfermé de gripe, cuando antes me enfermaba muy seguido, pero la consecuencia es que ahorita no puedo enfermarme homeópatas, pero no han podido, no han podido quitarme la enfermedad

ese tipo de medicinas te daban en la madre en el estómago porque te curaban una cosa y te amolaban otra, y que son puros químicos y todas esas cosas, y dije: pues esas cosas ya no. Y lo dejé completamente, salvo que tenga un dolor muy fuerte me tomó una aspirina, pero de ahí en fuera ya no tomo medicina alópata<sup>111</sup>

fue *penicilina* un poquito mayor, era muy agresivo, pero dejé de padecer un buen rato de eso el carbonato con limón y de hecho me funcionó, me funcionó en su momento<sup>112</sup>

NO HA TENIDO TRATAMIENTOS, POR LO TANTO NO HAY RESULTADOS<sup>113</sup>

En ese entonces me daban *Dimetab*, *Ampicilinas*, en el seguro me dan medicina, un tiempo que iba al Otorrino me daba *Pseudoefedrina*, *Clorfeniramina compuesta*, pero no me hacían anda, nada mas me afectaron el estómago

Me daban muchas agruras, me dolía el estómago y me ardía yo creo que por tanta medicina que tomaba, ya hasta me hice alérgico

dejé de tomar medicamento, porque como ya no me hace, mejor así me quedo y ya no tomo nada

**Entonces ¿qué es lo que haces?**

<sup>108</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>109</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>110</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>111</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>112</sup> Entrevista: "El consentido".

<sup>113</sup> Entrevista: "El violento".

Pues nada, así me quedo y ya que se me quite solo

**¿te sientes mejor?**

No, y duró mucho tiempo el tratamiento, pero por eso ya no me gusta tomar tanto medicamento,  
y no me funcionó yo seguí enfermo, pero eso ya mejor no me hago nada<sup>114</sup>

Me llevaba al doctor, peor de tanta penicilina que me dieron de niño, llegó a una edad como alas 30 años que la penicilina ya no me hacía eran las pastillas y el *vic vaporub* para poder respirar bien

**¿sentías alguna mejora?**

No

ya tomé esto, ya tomé el otro y no hay cosa que me haga efecto, que me alivie<sup>115</sup>

Tomaba algo, pero no me hacía nada

el *Desenfriol D* me baja la presión, *el XL3* no me hace, el *Teraflu* no me la quita, nada mas me la tranquiliza, pero no me la quita y dicen en la tele que si te la quita<sup>116</sup>

íbamos al IMSS, luego como esa medicina ya no me servía

Consulté siempre a muchos médicos, todos daban su brillante punto de vista y de todos no se hizo ninguno.

Primero fui con un homeópata, era muy bueno, me sentía bien, una homeópata, que me daba unas vacunas cada 15 días por mucho tiempo, como un año, y la verdad también me funcionó porque en ese tiempo o me enfermé, o al menos no de gravedad porque no me acuerdo. Y consulté un acupunturista, y de ahí ala fecha sigo con ese tratamiento, aunque ya tiene tiempo que no me enfermo<sup>117</sup>

me acabé 7 jarabes, me tomé las *perlas de Tesalón*, me acabé un montón de medicamento, y con nada se me quitaba

hasta que mi mamá me hizo un té con tejocote, bugambilia, guayaba y eucalipto, no era bugambilia, era eucalipto, las bolitas y endulzado con miel y el jarabe *broncolín*, con eso se me quitó

con unas gárgaras se me quita, de limón con bicarbonato

me llegué a tomar *pentrexil*, ya ves que hay de un gramo, me llegué a tomar dos de 1 gramo cada 6 horas y ya no me hacían esa cosa, porque era muy automedicarse y la verdad es que me duraba un buen, pero siempre penicilina, unas inyecciones las primeras veces me hacían bien la primera vez que me las puse, pero la segunda vez no sentí nada de mejoría, las anginas a todo lo que daban<sup>118</sup>

un médico, me mandó a hacer un exudado y varias cosas y me dijo que estaba bien, que no tenía ningún virus o bacteria o hongos.

me ponía dos o tres ampollitas para la infección en la garganta según y se me quedaba, pero eso me calmaba las molestias uno o dos días y a las siguiente semana estaba yo igual. Entonces dije: no tiene caso un medicamento

Había veces que no me tomaba el medicamento, decía: ya ni se me quita y sigo sintiéndome igual, mejor me voy con mi hielo. Pero tuve que dejarlo porque me dolían los dientes<sup>119</sup>

<sup>114</sup> Entrevista: “*El abandonado*”.

<sup>115</sup> Entrevista: “*El reclamón*”.

<sup>116</sup> Entrevista: “*La afligida*”.

<sup>117</sup> Entrevista: “*La quejumbrosa*”.

<sup>118</sup> Entrevista: “*La imperdonable*”.

<sup>119</sup> Entrevista: “*La culpable*”.

pero la infección no cedió y resulta que todo lo que me tomé no sirvió porque mis anginas ya están inflamadas permanentemente  
15 días me tomé otra vitamina que me recomendaron que es *vitamina B*, y no me enfermé un buen rato<sup>120</sup>

luego nos metía una tina de esas grandotas de fiero y nos calentaba agua y le ponía algodón y no sé que tantos menjurjes y nos bañaba y nos tapaba, nos cambiaba rápido, aparte nos ponía alcohol en las piernas o luego manda a traer el doctor y ya, con eso rápido

**¿sudaban con eso?**

Sí, sacas todo, sacas la enfermedad que traes, sale por los poros  
*Trimetoprim* y para la gripa yo la compre aparte *Afrinex*, y eso me saca rápido de la gripa, y ya uso esas pastillas y se me quita rápido<sup>121</sup>

**¿si te funcionaba?**

Si sí me funcionaba, porque era un dolor terrible y una comezón, obviamente con el tratamiento se me quitaba

**¿llego un momento en que ese tratamiento ya no te fue efectivo?**

Si, porque después empezó a ser mas constante  
Otorrinos me han mandado nada mas medicamentos, pero así que yo notara progresos no,<sup>122</sup>

procuo es tomar el té caliente, té caliente, eso me aliviana  
homeópata me dio un tratamiento de chochitos y me dijo que si no me cuidaba me podía dar mas fuerte, y que si no tomaba las medidas me podía dar fiebre reumática o algo así<sup>123</sup>

luego, *bactrim* y ya no sentía la molestia  
Y es que si te lo quitaba, si te lo sigues tomando<sup>124</sup>

mi abuelita me decía: come *vaporub* hija, come *vaporub*

**¿y te lo comías?**

Pues sí, porque con eso se me quitaba  
Pero yo decía que me dieran otras cosas, y es que ella decía que no, que con eso, y si con eso se me quitaba

**La penicilina ¿te funcionó?**

Un tiempo sí, luego ya no  
mientras me estoy tomando el medicamento se calmó el animalito ahí, y pues ahorita se mantuvo<sup>125</sup>

me dijeron queme pusiera 5 inyecciones, pero ya de ahí me empezaran a doler mucho los huesitos, los nerviecitos, las articulaciones en manos, rodillas, como un cansancio muy fuerte en todos el cuerpo, como un agotamiento,

Pero resulta que en ese mismo tratamiento me empecé asentir bien mal con mis manos hinchaditas, con mis articulaciones y me dolían mucho mis manos y ya en se que ha de ser de lo mismo, de la garganta a lo mejor el microbio ya anda por todo el cuerpo

**¿no le dijeron que si se podía ir a otro lugar?**

Si, que se fue al riñón y por eso me hicieron otro estudio,

**¿y que le dijeron?**

<sup>120</sup> Entrevista: “*La relegada*”.

<sup>121</sup> Entrevista: “*La chillona*”.

<sup>122</sup> Entrevista: “*La solitaria*”.

<sup>123</sup> Entrevista: “*Falta de cariño*”.

<sup>124</sup> Entrevista: “*La tímida*”.

<sup>125</sup> Entrevista: “*La alegre*”.

Que había un infección y me mandaron un tratamiento. Pero me siento igual, Después de las 5 ampollitas, como me empecé a sentir mal de los brazos y las dolencias<sup>126</sup>

me las reventaron con los dedos, yo me sentí muy mal, y me regañó muchísimo un farmacéutico que había allá en el pueblo. Me dijo: antes no se murió usted, usted esta viva por milagro de Dios, porque esta demasiado ulcerado y todavía le meten los dedos y le truenan eso, el corazón le pudo haber fallado o la vista o los oídos. Y me dio medicamento y ya me sentí mejor  
vaso de jugo de limón y le echaba tres *aspirinas* y con eso se me quitaba las anginas también. Pero yo digo que eso fue lo que mucho me fregó mi hígado<sup>127</sup>

me puso como 4 inyecciones de *Garamicina* y yo los bronquios seguían igual y me daban los bochornos y las gripas  
me dieron una medicina que dice que era de una toma y con eso me compuse mucho, ya no me volví a enfermar de gripa ni nada  
me mandó queme untara unos aceite y me pusiera bolsas de agua caliente en los pulmones y bronquios, así tres días sin salir de mi casa ni bañarme, y con eso me compuse pero muchísimo Pues me sentí mucho mejor, eso contribuyó para componerme, ya me compuse, dejé de tose, de ahogarme, empecé a sentirme mucho mejor<sup>128</sup>

### 3.3.6 Implicaciones de la enfermedad en su vida personal

Una enfermedad necesariamente tiene implicaciones, ya que una persona enferma deja de ser un miembro útil a la sociedad, evidentemente esto dependerá del estado de gravedad de la misma. Hay enfermedades que incapacitan al que la padece en relativamente poco tiempo, otras no, sino que van enfermando el cuerpo de una manera lenta, pero irremediablemente tienen el mismo fin, el deterioro de las funciones básicas del organismo.

Primeramente ocurren cambios a nivel personal en las actividades, conducta y formas de relacionarse con los otros. Algunos le tomarán poca o ninguna importancia, sin embargo veamos las consecuencias que una enfermedad como la amigdalitis crónica supone para los que la padecen.

Es bien sabido que la primera causa de ausentismo en las escuelas son las enfermedades de vías respiratorias altas (incluyen amigdalitis, resfriados o gripes) y esto por supuesto tiene lleva consigo otras implicaciones, leámoslas directamente de quien las vive.

---

<sup>126</sup> Entrevista: “*La comelona*”.

<sup>127</sup> Entrevista: “*Sin descanso*”.

<sup>128</sup> Entrevista: “*La trágica*”.

**O sea que podías ir a la escuela normal**

Cuando era fuerte si faltaba<sup>129</sup>

**Y cuando te enfermas ¿faltas a la escuela, al trabajo, dejas de hacer actividades normales?**

Algunas, no todas, no faltar al trabajo, o ya de plano cuando me tumba la gripa, un día o dos, un día he llegado a faltar, ya después ya no.

**Porque dejas de hacer algunas cosas**

Sí, que quisiera hacer<sup>130</sup>

**¿faltabas a la escuela o te ibas a sí enfermo?**

Faltaba porque era estar en cama, no era estar mas o menos, era estar en cama con fiebres de 40 grados, un niño de 7 años no se puede parar, era faltar una semana a clases<sup>131</sup>

**¿dejas de hacer algunas cosas cuando estas enfermo?**

Procuro que no, pero si, no tengo la energía para hacerlos, porque según me explicó el doctor yo tengo un metabolismo acelerado, entonces toda la comida y toda la vitamina que como la consumo prácticamente el mis día y no puedo almacenar mucha vitamina y además soy una persona que no me gusta estar mucho tiempo quieto, tengo que hacer algo, entonces cuando me enfermo dejo de hacer unas cosas mas por cansancio porque mi cuerpo no tiene la suficiente energía como para hacer muchas cosas

**¿qué cosas son las que puedes llegar a dejar de hacer?**

Ir al trabajo<sup>132</sup>

**¿cuándo te enfermas no interrumpes tus labores?**

No

**¿por qué?**

Porque es mi obligación,

**¿faltabas mucho a la escuela?**

No, me mandaban enfermo

**¿no te gustaba faltar?**

Me llevaban enfermo

**¿a poco de 5 o 6 años en la primaria tu te acuerdas que te enfermabas?**

Si yo me acuerdo que andaba con mi pañuelo<sup>133</sup>

**Cuando estaba enfermo ¿lo llevaba a la escuela?**

No, con esas temperaturas, pues no<sup>134</sup>

no puedo hacer algo, me siento inútil

**Tienes que dejar de hacer algunas cosas**

Sí, yo creo que es eso

**¿qué cosas tienes que dejar?**

Salí, me gusta mucho salir, y cuando estoy enfermo es estar en cama y acostado y tapado y ya, ahí viendo la tele y eso me enoja<sup>135</sup>

<sup>129</sup> Entrevista: "El enojón".

<sup>130</sup> Entrevista: "El indiferente"..

<sup>131</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>132</sup> Entrevista: "El independiente"

<sup>133</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>134</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>135</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

**O sea que cuando te enfermas no cambias tus actividades?**

No

**Así andas?**

Sí, funcionó bien, aprendes a vivir así

**¿cuándo eras niño, si te mandaban al escuela o te quedabas?**

Me dejaban descansar, de hecho mi madre ha sido de las que cuando te sientes mal me preguntaba, creía mucho en mi y me decía: ¿te sientes bien? Si, si, te vas y si le decía que no, me quedaba

**¿tu preferías ir al a escuela que quedarte en casa?**

Ah, si, prefería ir a la escuela, así con mi amigdalitis<sup>136</sup>

**¿tus actividades cambian cuando estas enfermo?**

De vez en cuando, no mucho<sup>137</sup>

**¿dejabas de hacer algo que normalmente hacías?**

No, porque si dejaba de ir a trabajar eran ingresos menos, así que no podía

**¿y de niño dejabas de ir a la escuela?**

No, así me iba enfermo, pues es que nunca deje de ir a la escuela<sup>138</sup>

**¿al otro día podías ir a la escuela o no?**

A veces iba, a veces no

luego yo aprendí a cuidarme, y aparte de cuidarme a romper con esa de que porque estas enfermo no puedes hacer nada, no puedes salir de la casa, que no te de el aire, quédate en la cama, yo rompí con eso cuando estoy enfermo. Me voy a poner a hacer, me voy a poner a ver una película, me voy a poner a desarmar la plancha o algo para hacer mas olvidadizo, que no nada mas tiene que ver con estrés hay veces que si me descuido y el cambio de clima y puedo estar muy alegre y me da gripe y me enfermo de la garganta

**Y seguías yendo normal al trabajo o pedías algunos días o ¿cómo le hacías?**

No, llegaba tarde. Tuve problemas en el trabajo porque llegaba tarde

**¿por qué llegabas tarde?**

Pues me levantaba sin energías, sin nada, lo hacía yo como un robot, pero lo tenía que hacer

**Y en el trabajo cuando llegabas tarde ¿qué te decían? ¿les decías estoy enfermo? ¿o que?**

Sí también pelee muco con mi jefe porque no entendía, decía: el trabajo es el trabajo y lo demás importa un comino. Todavía me tope con esa personalidad el señor, que hasta la fecha hay cierta fricción. Llegaba tarde y todavía me enfrentaba con mis compañeros, con el jefe en este caso, cualquier cosita yo me acuerdo que sentía que me desmayaba

me llevaba a conductas anormales, me acuerdo que a veces yo trataba de ponerme como blanco, como un objeto en la mira que tanto me cuesta si estoy causando problemas a la sociedad, yo estoy mal conmigo mismo, estoy causando problemas en mi casa, estoy causando problemas a mi familia, estoy causando problemas en mi trabajo, a mis compañeros porque no rindo lo de ello, no jalo parejo, o sea estoy causando una serie de, porque ni en la casa rondo como debe de ser, ni con la familia<sup>139</sup>

**¿cuando te sientes mal dejas de ir a la escuela o así enferma te vas?**

No, no me gusta faltar a la escuela, solo si me siento muy mal falto un día solo si me siento mal

**¿qué cosas dejas de hacer cuando estás enferma, que normalmente haces?**

Ir a la escuela, me tengo que tapar mas

Como yo siempre trato de hacer las cosas<sup>140</sup>

<sup>136</sup> Entrevista: "El consentido".

<sup>137</sup> Entrevista: "El violento".

<sup>138</sup> Entrevista: "El abandonado".

<sup>139</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>140</sup> Entrevista: "Hija única".

me daban ganas de dejar todo, pero pues...no podía cuando yo me enfermo no me puedo pintar, entonces es frustrante para mi

**¿había algo que cuando te enfermaras dejaras de hacer?**

No<sup>141</sup>

**¿faltabas a al escuela o así te ibas?**

Yo me acuerdo que alo mejor si falta un día o dos, pero me iba a sí, yo de chiquita, y luego yo no quería que mi mamá se diera cuenta, porque cuando yo me enfermaba mi mamá me regañaba<sup>142</sup>

así enferma tengo que cumplir con mis compromisos, no los puedo cancelar, a veces tengo que salir así con calentura o tos o afónica, porque las cosas que hago no hay quien las haga, entonces no me queda mas que salir y hacerlas a sí, pero cuando estaba chica si me quedaba en casa hasta que me recuperaba.  
de pequeña sí, dejaba de ir a la escuela  
Pero al menos en mi casa si estoy enferma si dejo de hacer las actividades domésticas<sup>143</sup>.

**Quando te sientes mal ¿dejas de hacer tus actividades normales o que cambia en tu vida?**

Pues no, realmente no las dejo de hacer, incluso digo: me voy a olvidar del dolorcito y me voy a apurar, trato de dejar todo lo que tengo que hacer y si reposo un poco en las tardes<sup>144</sup>

**¿dejabas de hacer ciertas cosas que te impidiera el malestar físico?**

No, yo tenía que seguir haciendo mis actividades, yo seguía haciendo las labores de la casa

**¿seguías lavando, planchando,?**

Sí, todo, todo. Hasta me iba al baile enferma<sup>145</sup>

**Tu te enfermabas y faltabas a la escuela ¿o te mandaban enferma?**

No, si estaba muy mal no me mandaban  
Antes si dejaba de hacer muchas cosas  
como me han dado fuerte ya no quiero quedarme en cama<sup>146</sup>

**¿había cosas que dejabas de hacer?**

Todo, así de fácil, es que a mi me tumba<sup>147</sup>

no puedo hacer normalmente ya mi vida porque tengo que cuidarme mas, no puedo salir ya muy tarde, no me puedo bañar ya muy tarde y cositas así, que ha habido cambios, no me puedo bañar en la mañana porque hace frío  
me da mucha flojera, me siento con sueño, adormilada y como que quisiera nada mas estar dormida<sup>148</sup>

<sup>141</sup> Entrevista: "La afligida".

<sup>142</sup> Entrevista: "La rebelde".

<sup>143</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".

<sup>144</sup> Entrevista: "La culpable".

<sup>145</sup> Entrevista: "La relegada".

<sup>146</sup> Entrevista: "La chillona".

<sup>147</sup> Entrevista: "La solitaria".

<sup>148</sup> Entrevista: "Falta de cariño".



Ningún cambio, tengo que seguir haciendo mis cosas, cuidar a mi hijo y mi esposo que es como otro niño<sup>149</sup>

**¿cuándo te enfermas hay algún cambio de actividades en tu vida?**

no, hago todo normal, por ejemplo ahorita lo siento y aquí ando, hago las cosas normal

**¿y cuando estas mas mal?**

Ah cuando estoy mas a ml, si se requiere descansar pues ni modo me tengo que acostar y lo hago<sup>150</sup>

La última vez que me enfermé me acostaba, sin ganas de salir, no quería ir al trabajo, no tenía ganas de ir, quería estar en mi casa.

De joven me cuerdo que me iba a trabajar así con temperatura y mala de la garganta<sup>151</sup>.

**me dice que se iba a lavar al río ¿aun enferma se iba?**

Si, así me iba, esas eran cosas que se tenía que hacer, no importan como estés , esas son tus cosas

**¿y en la actualidad?**

Solamente que ya de a tiro, de a tiro me ponga ya en la exageración si guardo cama y un día, mas no. Además siento que aquí no funciona si no estoy yo.

Si llego a faltar un día es porque estoy mas muerta que viva<sup>152</sup>

**¿O sea que cuando te enfermabas tenias que hacer todo como siempre?**

Si<sup>153</sup>

### 3.3.7 Implicaciones con su familia

El ser humano es el único animal que no podría subsistir solo, es susceptible a muchos factores externos y no puede prescindir de la ayuda de los de su misma especie. Por eso y sobre todo, cuando esta enfermo requiere de los cuidados y atenciones de otras personas que generalmente son los de su familia o quien se encuentra geográficamente mas cercano a éste.

Cuando una enfermedad se origina, crea cambios en todo el sistema familiar, haciendo que le propinen cuidados especiales al enfermo, pero cuando pasan años estos cuidados se van haciendo cada vez mas escasos o incluso nulos, pues cada uno se va integrando a sus labores cotidianas y en muchos de los casos el enfermo ya no recibe los cuidados que desearía, en contra parte,

---

<sup>149</sup> Entrevista: "La tímida".

<sup>150</sup> Entrevista: "La alegre".

<sup>151</sup> Entrevista: "La comelona".

<sup>152</sup> Entrevista: "Sin descanso".

<sup>153</sup> Entrevista: "La trágica".

están las familias, que todas en conjunto hacen cambios para darle una atención especial al enfermo. De esto dependerá mucho la forma en la que se concibe el padecimiento, como se vive y apropia del este el enfermo.

Veamos como que es que lo que sucedió en este aspecto con los sujetos entrevistados.

cuando regresa esta pendiente de mi

**y si tu no llegas a ir a la escuela por estar enfermo, ¿tu mamá se queda contigo?**

No, yo me quedo y me duermo, me quedo viendo la tele

**¿cómo te trata tu papá y tu hermana cuando estas enfermo?**

Igual

**No te dice: hijito te trajimos algo para que te compongas**

No<sup>154</sup>

Mi mamá me cuidaba, por lo regular siempre era ella

**si te enfermabas ¿cómo te trataban? O como ya estabas grande decían: arréglatelas**

No, siento que no, nunca fue así, de arréglatelas y hazle como puedas, pero tampoco era de: quédate en la cama, te hago el desayuno, no. Normal me decían: tómate esto y ya te dije que no te mojaras<sup>155</sup>

**¿te cuidas tu solo o alguien te cuida?**

Actualmente yo solo

mi mamá no se preocupa tanto, mi papá tampoco porque saben cual es el rollo

**¿recibes un trato especial cuando te enfermas?**

No<sup>156</sup>

**¿quién te cuidaba cuando estabas enfermo cuando estabas chiquito?**

Mi mamá

**¿y cuando estabas grandote?**

Mi mamá<sup>157</sup>

*y no lo podía yo sacar, lo llevaba yo al a sala y tenía que poner almohadas y toallas para que no entrara el aire, y estuviera todo cerrado y la puerta cerrada*

**¿era cuidarlo mucho?**

Sí, sí<sup>158</sup>

**Y cuando te enfermabas muy seguido ¿quién te cuidaba?**

Mis padres, ambos<sup>159</sup>

**¿quién te cuida? ¿te dan algún trato especial?**

Trato especial.. de repente, tal vez cuando en realidad me siento enfermo, cuando le digo: me duele aquí o me siento así, ella me dice: hay que hacerte eso<sup>160</sup>

<sup>154</sup> Entrevista: "El enojón".

<sup>155</sup> Entrevista: "El indiferente".

<sup>156</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>157</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>158</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>159</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>160</sup> Entrevista: "El violento".

**¿en tu casa te daban algún trato especial?**

No,

**¿qué te dice tu familia cuando te enfermas?**

No, me dicen: ¡otra vez enfermo!, como que les cae mal que yo siempre esté enfermo, hasta me siento mal porque me tratan mal<sup>161</sup>

**¿Ella (su madre) era la que te cuidaba cuando te enfermabas?**

Me daba miedo tocar a su cuarto

**¿por qué?**

Porque estaba con papá, estaba muy grabado eso, esa, la presencia del padre, muy castigador y autoritario, no puedes interrumpir, había que alzar la mano, pedirle permiso para todo. Si eso era estando despierto, imagínate tocar a las 2 o 3 de la madrugada, a veces me tardaba más ahí tocando que en lo que me abrían, en lo que se escuchaba, yo creo que según yo tocaba, pero acariciaba la puerta, era una pesadilla

**¿que hacía en este momento que cuando tu estuviste enfermo?**

Yo le explicaba cual era la razón y decía que no, que no era posible, que de plano yo ya estoy enfermo. En aquel entonces no la sentía yo muy presta para la ayuda, a veces sentía sus palabras como un ataque constante: es que no estas enfermo. Si estoy enfermo, pero sé que no es normal, yo me conozco, a parte la enfermedad esta actuando, no soy yo, no estoy viviendo mi vida. ¿qué te preocupa? Lo que yo quería era descansar y me dijo que necesitaba hacer más actividad, pero yo no quería hacer nada, déjenme aquí en la cama y ella: es que te tienes que levantar. Y yo quiero entender el lado positivo de la vida pero no puedo, déjenme solo y me decía: pierdes mucho tiempo aquí y sí yo perdía mucho tiempo pero no quiero saber de nada de nada, me decía: estas perdiendo tu tiempo, tu vida, sí lo sé pero déjenme así, déjenme no pensar en nada, que este de flojo, de perezoso, según ustedes, yo lo que quería era descansar

**Pero no pensabas en que podías por ejemplo en que podías perder tu empleo?**

Sí, de hecho eso me lo dijo una doctora de ahí del Seguro social. Yo iba a cada rato porque se me subía la presión y me sentía muy mal

Una doctora me dijo: si usted no se atiende, por lo que me dice usted va a tener problemas en su trabajo y si usted no mete eso en control, así es como empieza, de lo más mínimo, cuando usted menos se da cuenta usted ya va a faltar, de plano usted se va a ausentar por días, semanas, o hasta puede esconderse en otros vicio, en el alcohol, si usted no atiende esta situación déjeme decirle sinceramente que usted es otro candidato a perder su trabajo. Entonces si me asusté bastante.

**¿tu familia que te decía cuando te veían enfermo?**

Siempre fueron de las personas de las que tuve el apoyo, siempre me tranquilizaron, pero yo era muy cerrado, yo no les quería dar a mostrar o decir cuales eran mis problemas, cual era la razón y ellos pensaba que era el exceso de trabajo y yo me embotaba en mi trabajo porque no quería estar porque no quería llegar a donde había partido<sup>162</sup>.

**quien te cuida?**

Mi mamá<sup>163</sup>

mi papá me regañaba: 'Otra vez ya estas enferma, es porque no te cuidas, ya te dije más de una vez' y mi mamá no, me decía: ay, ya te enfermaste otra vez ¿ya te tomaste algo? ¿que te vas a tomar?<sup>164</sup>

yo no quería que mi mamá se diera cuenta, porque cuando yo me enfermaba mi mamá me regañaba

**¿por qué te regañaba?**

porque me decía: otra vez rosa ya te vas a enfermar, son medicinas

mi mamá se daba cuenta y me regañaba: rosa, otra vez te enfermaste, que el dinero y se ponía de malas

<sup>161</sup> Entrevista: "El abandonado".

<sup>162</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>163</sup> Entrevista: "Hija única".

<sup>164</sup> Entrevista: "La afligida".

mi mamá también era sobre protectora de las enfermedades<sup>165</sup>

mi mamá, ella es la que me cuida, antes si se la pasaba todo el día conmigo y me apapachaba, me daba mis medicinas y jugos, pero ya desde que estoy mas grande, desde como los 18, ya yo no podía quedarme en casa enferma, y como ya era tan seguido que me enfermaba que ya ni me cuidaban ni me pelaban como antes.

antes si me daban cuidados especiales y tratos especiales, pro ahora ya no<sup>166</sup>

en mi casa es: cállate y tu te soluciones tus broncas, y tu te curas solita y como puedas<sup>167</sup>

comunicarlo nada mas entre la familia. Entre mi mamá y luego a mi esposo<sup>168</sup>

**Y cuando te enfermabas te decía: hijita tómate esto o una miel con limón o que te ponen algo?**

Nada, nada

**¿tu papá?**

Mi papá si<sup>169</sup>

como éramos tan enfermizos si mamá ya hasta sabía

**¿quién te cuidó?**

Siempre mi mamá

**¿recibes algún trato especial cuando estas enferma?**

No , mi marido de plano no, él no, te digo que al él no le gusta ni verme enferma esta vez me dio mucho la tos, muy fuerte la tos, hasta mi marido me decía: ya cállate, porque es incómodo porque todo te mueves y a los demás también

A mi esposo no le gusta verme enferma, te juro que le molesta<sup>170</sup>

**¿te cuidaba alguien?**

A veces me cuidaba mi esposo si estaba, y esta última vez le tocó a mi hermana

Mi hijo es muy consentidor, trata de que me sienta bien, me hace mis cosas a como puede.

Va y se preocupa por mi. cuando estoy enferma son considerados conmigo<sup>171</sup>

**Y a nivel familiar ¿que cambios hay cuando tu enfermas?**

Bueno... a nivel familiar con mi esposo, pues me siento mal y... no interactúo con él [ríe]<sup>172</sup>

**quién te cuida?**

Pues yo. Antes mi esposo, pero ahora yo me cuido

Porque haz de cuenta que no te cuidan. Tu duérmete y descansa, porque es lo que más quieres, pero pues tenía que...hacer mis labores<sup>173</sup>

mi esposo me dice: mejor quédate, se te nota, mejor descansa me cuidaba una tía, hermana de mi mamá<sup>174</sup>

<sup>165</sup> Entrevista: "La rebelde".

<sup>166</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".

<sup>167</sup> Entrevista: "La imperdonable".

<sup>168</sup> Entrevista: "La culpable".

<sup>169</sup> Entrevista: "La relegada".

<sup>170</sup> Entrevista: "La chillona".

<sup>171</sup> Entrevista: "La solitaria".

<sup>172</sup> Entrevista: "Falta de cariño".

<sup>173</sup> Entrevista: "La tímida".

<sup>174</sup> Entrevista: "La alegre".

mi esposo no es muy cariñoso que diga: vieja no hagas nada, yo lo hago, no, no, no, el dice: no te quejes, no te estés. O te estas quejando es porque te hace falta actividad, te voy a poner a hacer algo porque el quiere verme trabajando, el no quiere verme en la casa sentada ni durmiendo

Mi hija la mas chiquita es la que me dice: mama ¿qué tienes? Me lleva algo o le pido mis favores, como es la que mas esta conmigo, porque como los otros se van a Karate o están con la tarea y se encierran<sup>175</sup>

**cuándo usted se enfermaba y estaba chiquita ¿a quien le decía?**

A mi mamá.

**¿cómo la trata su familia cuando esta enferma?**

Pues me chiquean, pero a la vez yo digo que normal, se preocupan, porque se preocupan porque estoy enferma, pero normal<sup>176</sup>

**¿cuándo te enfermas a quien le dices o quien te cuida cuando estas enferma?**

Mi tío, ese es otro de mis sentimientos porque ese es otro de mis sentimientos porque ahora esta vez que estuve muy mal, vi que mi hija no se tocó para decirme ¿no quieres un vaso de agua?, mi hija no sirve ni para darme un vaso de agua para mis medicinas y sentí esa tristeza de pensar de que mi hija no era capaz de darme ni un vaso de agua<sup>177</sup>

### 3.3.8 Sintomatología y otras afecciones

Los síntomas de una enfermedad varían de una persona a otra. Dependerá de la capacidad de cada organismo para recuperarse, del sistema inmunitario, de los factores de riesgo o factores que propicien el desarrollo de la enfermedad.

Sin embargo los síntomas en pacientes con amigdalitis aguda son generalmente los mismos, los cuales aumentan o disminuyen con los años o dependiendo de los otros órganos que han sido perjudicados. Presentar dolor, inflamación, fatiga, hipertermia, entre otros son los síntomas más comunes en esta enfermedad.

Existen otras afecciones que los pacientes no necesariamente relacionan con su propia enfermedad, pero que desde luego tiene una relación estrecha, pues de cualquier modo, es un solo cuerpo que se ve afectado de manera gradual y a veces muy lenta, pero irremediablemente comienza a deteriorarse.

**¿no te daba calentura, que te dolieran las piernas o los huesos?**

Calentura a veces cuando ya era muy fuerte

<sup>175</sup> Entrevista: "La comelona".

<sup>176</sup> Entrevista: "Sin descanso".

<sup>177</sup> Entrevista: "La trágica".

me empieza a arder mucho los ojos. Ya me da calentura, infección de garganta, si no es eso es gripe.

**¿eres estreñido?**

si, mucho, además tengo la presión alta<sup>178</sup>

Normalmente se me cierra mucho la garganta, mucho fluido nasal, calentura si por las noches, me da mucha calentura, nada mas

**¿dolor de articulaciones?**

Primer día, uno o dos días me duele muchísimo mi cuerpo, ya hasta sé cuando me va a dar gripa

**¿cuándo?**

Cuando empiezo a sentir mi cuerpo así como cortado, a dolorido, ya no puedo hacer nada, porque digo: no<sup>179</sup>.

**¿cómo te enfermabas?**

Brutal, era de que si me enfermaba, ya estaba en la cama por lo menos una semana, con temperaturas altísimas, las anginas súper grandes e hinchadas.

fiebres de 40 grados,

**¿te sale salpullido?**

Puntitos blancos,

**¿moco, estornudo?**

Pues lo típico, el moco verde, no en grandes cantidades creo que no normal, estornudos casi no, es un malestar en la garganta, un ardor de que no puedes pasar saliva porque te arde

**¿cuerpo cortado?**

Si

**¿te duelen los husos articulaciones?**

No, nada mas el cuerpo cortado que uno me deja hacer nada, pero hasta eso me dura poco<sup>180</sup>

De gripa, por lo general me enfermaba de gripa, pero gripa, gripa, no de andar con catarro y eso, sino que me daba temperatura, dolor, anginitas, sin fuerzas sin poderme mover, no me gusta estar acostado, pero estaba en la casa sin moverme mucho porque ya me daban una semana, haz de cuenta que bajaba 5 o 6 kilos en una semana, esas eran mis depres, luego me daban depres, me dieron 2 depres a final del semestres, de 1º y 2º, se venía la carga de finales y aguantaba dos o tres semanas con toda la carga, sacaba todo, lo últimos días no dormía, ya cuando terminaba todo eso haz de cuenta que entregaba el último trabajo a las 10 de la mañana, llegaba a mi casa a la 1 de la tarde, a las 3 ya estaba enfermo y con un malestar insoportable, me tiraba, me quedaba dormido casi un día, duraba días enteros dormido, hibernando, y ya después otra vez me llevaban al médico y ya hasta que el médico me dijo que hasta que yo no quisiera yo no iba a estar bien

me dolía mucho la cabeza y eran dolores tremendos

se me bajaba la presión

De repente empezaba a sentir que la garganta se me empezaba a irritar, es lo primero que se me irrita y ya no puedo pasar saliva

el problema era la gastritis

empezó el rollo de las manos. Cada que tenía exámenes se me empezaba a pelar. Se me empezaban a pelar has de cuenta cuando te quemas la piel de que fuiste a la playa y te empiezas a pelar

ahora es garganta, cuerpo cortado y ya<sup>181</sup>

*De los bronquios, tuvo un problemita, un estrepto...*

**¿estreptococos?**

<sup>178</sup> Entrevista: "El enojón".

<sup>179</sup> Entrevista: "El indiferente".

<sup>180</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>181</sup> Entrevista: "El raro".

Algo así

**si le daba 40 de temperatura**

**¿tos no le da?**

Si, lógico, a veces con flema, a veces seca y se ve que le duele mucho

**¿se le llenaba de salpullido?**

Si, todo, todo,

aparte saca mucha saliva, por eso, como que se le hace chiclosa<sup>182</sup>

me enfermaba a cada rato

en las noches como que me empiezo, así como cuando te vas a enfermar de la garganta y sientes que te empieza a doler, y pues así.

luego me viene un dolor de cabeza que dura unos 2 o 3 días

que no duermo, además ando mal del estómago y todo. Entonces ando medio enfermo y con dolores y todo, y ando de malas

ando medio malo de la gastritis<sup>183</sup>

he sentido que se me inflama mucho la amígdala izquierda, me duele

Cuerpo cortado, llego a la temperatura pero no rebasa el umbral de no poder ir al trabajo, lo que mas me duele es el cuerpo cortado

Era un tos muy molesta me daba mas en las noches<sup>184</sup>

en las tardes y las noches lo que es en las noches y las mañanitas es cuando mas se siente la garganta

**¿te da temperatura?**

Si

**¿dolor de cuerpo, de huesos?**

de cuerpo si, de huesos solo han sido como dos veces

**¿ardor en la garganta, salpullido, flemas?**

En la garganta si cuando meda calentura si, así como verde, cuando sientes las flemas, son verdes

hasta empecé a adelgazar así de repente<sup>185</sup>

me daba fuerte la fiebre

garganta inflamada

Nada mas es la garganta, inflamada, me duele, me siento sin ganas de hacer nada, todo el cuerpo me duele

tengo presión alta

**¿algún otro padecimiento o enfermedad que tengas?**

Pues de los riñones

**¿que tienes?**

Pues infección, me hicieron una prueba de orina y me dijo que tengo de sangrado, pero es imperceptible

me duele la cabeza, el lado izquierdo del cerebro y los ojos<sup>186</sup>

era calentura, temperatura, gripe, las anginas se me inflamaba

lo primero que me daba era la gripe, dos días tenía el problema de la garganta, me acuerdo que eran terribles esas noches, dando vueltas a la cama, 12, 1 2 de la madrugada, la molestia de sentirte hirviendo, estarse lavando al baño para limpiarse la nariz, para mi era la muerte, era horrible, de chico, tenía que estar despertando a la mamá en la madrugada

<sup>182</sup>Entrevista: "El cariñoso".

<sup>183</sup>Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>184</sup>Entrevista: "El consentido".

<sup>185</sup>Entrevista: "El violento".

<sup>186</sup>Entrevista: "El abandonado".

por la temperatura, yo tenía pesadillas, sudor, era horrible  
 una vez me que dé afónico  
 la gripe, el dolor de cabeza, que si dolor de articulaciones  
 no duermo nada, estoy súper alterado, no tengo hambre, no me concentro en lo que estoy  
 haciendo,  
 me siento horrible, me siento mal, me duele la cabeza, me duele la garganta, los ganglios se  
 me inflaman, era horrible  
 se me subía la presión Se siente uno mal, adormecido, entorpecido, ensordecido, me estaba  
 poniendo muy pálido

**¿tienes gastritis?**

Sí, si la tengo.

**Otra cosa, hay un órgano en particular además de la garganta que cuando estas  
 enfermo que te duela?**

Los oídos y las articulaciones

**¿te duelen las articulaciones?**

Sí, articulaciones o músculos, y como que amanezco como que muy apretado y ando  
 tronando, me duelen los músculos sin haber hecho ejercicio, sin haberme golpeado, siento  
 mucha presión en la mandíbula<sup>187</sup>

tengo gripa, tos y garganta irritada

La garganta siento garraspera y me da calentura<sup>188</sup>

el día que me bajaba mi regla, ese día me enfermaba de la gripe, pero ya antes me estaba  
 doliendo de la garganta. O sea me enfermaba de la garganta, al siguiente día me enfermaba  
 de la gripe y me bajaba mi regla,

Me ardía, la garraspera que se siente cuando pasas saliva, se me inflama la garganta y se  
 siente como polvito

aquí el moco, aquí en la nariz

tenía mucha flema

Sentía que tenía polvito en la garganta<sup>189</sup>

eran unos dolores, lo primero que se me afectaba eran los oídos, , pero de chiquita eran unos  
 dolores horribles, así de ponerme a llorar en la madrugada y eso fue toda la primaria, fui muy  
 enfermiza

**¿te daba calentura, te salía salpullido, cuerpo cortado, te dolían las huesos?**

Pues si, era cuerpo cortado feo, sobre todo la flema que toses y se sale, moco muy espeso, el  
 oído inflamado, no me acuerdo si me dio calentura, no sé, pero muy feo y de esas toses que  
 no se me quitaban  
 padecí de gastritis<sup>190</sup>

no poder pasar ni siquiera la saliva, se me enrojecen y llena de salpullido, temperatura,  
 malestar general, a veces tos con flema o sin flema, llego a escupir flema con sangre.  
 Dificultad para respirar y mucho moco, una temporada también me dio por estornudar mucho,  
 dolor de cuerpo,

no podía ni hablar, la tos el malestar la calentura, todo me debilitaba, no me da hambre y  
 además no puedo pasar los alimentos porque me duele

el ardor de la garganta, ya cuando sentía eso era que me iba a enfermar, luego del dolor la  
 calentura y el malestar en el cuerpo, el dolor de la garganta, a veces tos, a veces afónica, a  
 veces nada de eso pero si un dolor muy fuerte en la garganta, la inflamación y voz de  
 monstruo<sup>191</sup>.

<sup>187</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>188</sup> Entrevista: "Hija única".

<sup>189</sup> Entrevista: "La afligida".

<sup>190</sup> Entrevista: "La rebelde".

<sup>191</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".



Fiebre, anginas, me llegué a convulsionar por la temperatura  
 Las anginas purulentas  
 luego me agarró la tos, que me duró como 3 meses y me daba y me daba  
 era de esa tos que sientes como se te despega la flema y te duele y dices: ya voy a escupir  
 sangre  
 Empecé a tener problemas con la colitis, con la gastritis<sup>192</sup>

Era aquello de amanecer con esa molestia en la garganta horrenda que te duele, que sientes  
 como ardor, como resequedad, como picazón  
 Ay me duele la garganta y me duele, me duele, porque era diario amanecer con aquel  
 malestar tan horrendo de garraspera y de sentir incluso como una flema atorada, pegada,  
 querer sacarla y no tener nada, y tener la garganta seca ya aquella comezón  
 la garganta yo la sentía caliente  
 y yo no podía dormir por aquel ardor  
 en ocasiones se me inflamaba, en ocasiones arrojaba flema Con algo de sangre y medio  
 verdosa.  
 también en ocasiones si me dio temperatura y fuerte, ya hablamos de 39 o 40, me daba y  
 nada mas me controlaba la fiebre  
 en ocasiones, 1 o 2 me sangraron, y me dolían peor, pero en otras nada mas como que se me  
 ulceraban, como salpullido. Eran como llaguitas, verruguitas llenas de pus, sentía ardorcito, ya  
 últimamente no, ya nada mas aquel malestar de pasar la saliva, incluso me enronca.  
 Tengo anemia  
 cuando me encabrono, duele y me duele aquí [y se agarra el cuello, se aprieta y hasta hablar  
 con dificultad, parece que lo estuviera volviendo a vivirlo, su voz se oye temblorosa] siento, que  
 no puedo hablar que no puedo respirar, cuando no me desquito, porque cuando me desquito  
 digo, digo, digo y me canso y me duelen, pero diferente<sup>193</sup>

me daba temperatura  
 mis anginas ya están inflamadas permanentemente  
 Me dolía la cabeza y todo el cuerpo  
 se me comenzó a caer el cabello, me empecé a enfermar de la garganta y subí bastante de  
 peso<sup>194</sup>

hasta se me pegó la garganta y no paso aire, se siente horrible, se siente que te vas a morir  
 el dolor de cabeza  
**¿tos, flema, moco?**  
 sí, todo eso  
 Me duele, me empieza a lastimar la garganta o ya siento bien inflamada  
 También calentura  
 tengo muy fea las várices y dice el doctor que puede darme una trombosis<sup>195</sup>  
 me daba calentura, empezaba, con la gripa, con la tos, con el fluido, ojos hinchados y las  
 anginas.  
 a mi totalmente me tira porque estar con el ojo, la nariz igual, con mucho fluido, el dolor de  
 huesos así que te arden, te arden los huesos y luego la fiebre, pues estar en cama, es horrible  
 y eso medio dormida y no puedes respirar, no puedes pasar saliva, nada, nada mas acostada  
 La garganta que te duele, los huesos, la fiebre.<sup>196</sup>

Se me inflamaba mucho, perdía un poquito la voz y sobre todo eso que no podía pasar ningún  
 tipo de líquidos, me afectaba la voz

<sup>192</sup> Entrevista: “La imperdonable”.

<sup>193</sup> Entrevista: “La culpable”.

<sup>194</sup> Entrevista: “La relegada”.

<sup>195</sup> Entrevista: “La chillona”.

<sup>196</sup> Entrevista: “La solitaria”.

siempre siento la ronquerita, la ronquera y flemas, congestión, siempre unos días es mas que otros<sup>197</sup>

fiebre, temperatura, dolor de cuerpo, de la garganta mal, la flemita<sup>198</sup>

yo empecé con mucha comezón en la garganta

Me da mucha comezón y en los oídos y siento como ardor ya en la noche, trato de pasar saliva y me cuesta y luego hasta el fondo el garganta, están ahí, se ve rojo todo. Yo de hecho estornudaba y sacaba por la boca como macita, es infección, lo que tengo es muy rojo, pero es donde esta la campanita hacia abajo

el dolor y ahora siento que tengo infección pero siento que me da temperatura por dentro

En el pecho, porque me dan como punzadas, no sé si es normal, pero me da cuando ando mal de la garganta<sup>199</sup>

empecé con unas dolencias en las articulaciones, se me hincharon todas las articulaciones, me empezaran a doler mucho los huesitos, los nerviecitos, las articulaciones en manos, rodillas, como un cansancio muy fuerte en todo el cuerpo, como un agotamiento, que llegaba a cansar, tengo molestias muy fuertes,

La garganta, la tos

ahora pienso que ya me dio la fiebre reumática, porque me dan dolores en todo el cuerpo

Me dijeron que había una infección en el riñón

ando con la flemita, la garganta enrojecida, , ahorita en la garganta si traigo la flemita de repente así chiquita, pero ya no traigo tanto el enrojecimiento y a veces tenía puntitos blancos Como que yo traía un cansancio interno, como que andaba agotadita, traía un dolor agudo, agudo en la nuca<sup>200</sup>

Tenía muchas flemas y podía respirar

que se me ulcera todo la garganta y se me llena de granos todo, la boca, todo y es demasiado, me ha ido avanzando y se pone cada vez peor. Una vez hasta alucinaba puntos blancos y rojos, todo ulcerado, demasiada temperatura me fregó mi hígado<sup>201</sup>

en la noches me ahogo mucho, me sale mucha porquería de las mismas anginas y eso se hace como una capa y no me deja respirar y de repente siento que me estoy ahogando

**¿se te inflaman las anginas?**

Están muy grandes, mucho muy grandes

se me reventó el oído, empezaba con a flema, gangosa, no podía hablar, empiezo estornude y estornudo, toso, estornudo, cuando veo estoy llorando<sup>202</sup>

---

<sup>197</sup> Entrevista: “*Falta de cariño*”.

<sup>198</sup> Entrevista: “*La tímida*”.

<sup>199</sup> Entrevista: “*La alegre*”.

<sup>200</sup> Entrevista: “*La comelona*”.

<sup>201</sup> Entrevista: “*Sin descanso*”.

<sup>202</sup> Entrevista: “*La trágica*”.

### 3.3.9 Por qué creen que se enferman

La enfermedad no se considera como un proceso mas de la vida, sino que siempre se busca una explicación y generalmente esta explicación se encuentra en factores externos, como el sol, el frío, el agua, la contaminación, el exceso o carencia de cuidados, etc., pero casi nunca se encuentran en uno mismo.

Parece que es una necesidad inherentemente humana el querer echarle la culpa a algo o a alguien que no sea ‘nosotros’, y generalmente lo encontramos, las asociaciones que se hacen aunque en ocasiones son completamente absurdas, sin embargo llega a ser una creencia que se da por hecho, se vive con esa creencia.

Las razones científicas aquí faltan, los encargados del cuidado de la salud no tiene explicaciones suficientes para cada uno de los casos que se presentan, los pacientes buscan desesperados un porque, que en muchas ocasiones nunca llegan. Aquí es cuando nos podemos dar cuenta de que los paradigmas existentes ya son insuficientes para poder dar una explicación lógica y razonable a una enfermedad.

A continuación veremos como es que cada uno de los pacientes ha creado su propia explicación del origen de su enfermedad, en ocasiones por lo que los profesionales de la salud le han dicho, otros en ausencia de esto han creado su propia explicación, mientras que otros ni siquiera se preocupan por eso.

**Platicame desde cuando te empezaste a sentir mal de tu garganta y de tus anginas?**  
desde que me dieron las paperas<sup>203</sup>

Me gustaba mucho jugar mucho en el agua y eso hacía que me enfermara, a veces porque... siempre me acuerdo mucho siempre mi mamá me decía: ¡tápate!, ¡tápate! Y uno que no quería, y decía: no, no, no, y por eso mismo me enfermaba mucho, no me gustaba usar suéter, siempre andaba sí, luego ya sentía las consecuencias

**¿tu a que crees que se deba que te enfermabas tan frecuentemente?**

No sé, yo siento que no tengo muchas defensas, no porque no coma bien, tampoco porque no comía bien, siento que así soy, que tengo muchas deficiencias en mi organismo un cambio de clima es lo que mas me hace daño, llegar y bañarme y salirme, ya me enfermo<sup>204</sup>.

---

<sup>203</sup>Entrevista: “*El enojón*”.

<sup>204</sup>Entrevista: “*El indiferente*”.

Yo lo que tenía era estafilococos

**¿a que le achacas tu padecimiento ¿a que crees que te enfermes tan seguido?**

Pues yo creo que fue este detalle: mi mamá nos cuidaba mucho en el aspecto de que no coman frío, tu suéter, es decir nunca se nos expuso a lo frío, es que en mi caso me afecta mucho cuando tomo cosas frías, entonces yo creo que viene desde pequeño. Helados no tomaba por lo mismo y cosas por el estilo y yo creo que no se me crearon defensas y papá mi cualquier cosa fría mi cuerpo se enfermaba, o me mojaba y me enfermaba, entonces nunca fui de los niño que llegaba mojado a su casa por estar jugando afuera, sino de que a la primera gota iba para adentro. Actualmente ya, con el tratamiento me encanta mojarme, quizá porque no lo hice de niño y tomar cosas frías y los helados me fascina porque ahorita mi cuerpo ya lo soporta<sup>205</sup>

Me deprimí, me enfermé.

me di cuenta que me empezaba a enfermar según mi estado de ánimo

me empecé a dar cuenta de que mi estado de ánimo estaba muy directo con mi estado de salud. Has de cuenta que cuando estuve en terapia y todo eso no me enfermé, o sea no me enfermaba, ya me había metido al gimnasio, hacia muchas cosas y no me enfermaba y estaba muy contento

volví a conformar que mis emociones reflejaban mucho mis emociones o mis emociones reflejaban mi estado de salud.

varias chavas. ya cuando me hablaban feo me enfermaba otra vez. Y si me afectó, me hablan feo y ya me enfermaba

es un rollo de una señal de mi cuerpo, que algo anda mal, es un aviso de mi cuerpo

Pero después la dejé (una chava) bueno terminamos y a partir de entonces comencé a enfermarme mucho de la garganta<sup>206</sup>.

*se enfermaba mucho dela garganta por la contaminación  
en calor le daban anginas, principalmente por la contaminación<sup>207</sup>*

Pero yo creo que si influye bastante por la cuestión de salud, que cuando estas tu reprimiendo algo, se queda ahí guardado. Porque la gripe es una manera de expulsar los sentimientos que traes y todas esas cuestiones

tiene que ver el estado de ánimo, que no quieres sacar, que tienes un respuesta corporal y todo eso<sup>208</sup>

le atribuí a mucho a los cambios de tiempo y a que te mojabas mucho y me asoleaba, a eso yo le atribuía

Quizá por todo lo que hemos visto en la carrera y la medicina alternativa, hay muchas cosas que no se han dicho, que tiene que salir, y si... yo creo que por ahí va el asunto pero yo creo que me enfermo por estrés y tantas preocupación de algunas cosas<sup>209</sup>

En ese entonces le echaba la culpa a que andaba de chofer y andaba mucho en el centro y yo le echa la culpa al smog<sup>210</sup>

**¿a que le adjudicas tu padecimiento?**

Pues yo creo que a la contaminación

<sup>205</sup> Entrevista: "El independiente".

<sup>206</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>207</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>208</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>209</sup> Entrevista: "El consentido".

<sup>210</sup> Entrevista: "El violento".

A parte yo le achaco a que trabajaba donde había pinturas y en el taller siempre había solventes y cosas que me irritaban la garganta. Había muchas sustancias químicas que irritaban la garganta, además las mascarillas que usábamos no eran seguras, se sentía todo en la garganta, el equipo no era seguro al 100%<sup>211</sup>

yo realmente hice mis conclusiones porque hay gripas que me dan por frío, pero la mayoría de las gripas de joven y yo sin saberlo me daban porque yo estaba triste e inquieto que yo le insistía al doctor: mándeme a hacer un estudio de sangre a conciencia o algo, a ver que tengo alguna enfermedad ya fea, cáncer, algo así

**¿a poco llegaste a pensar que tenías cáncer?**

Sí, yo me sugestioné

Yo me di cuenta que según también tiene que ver mucho mi estado de ánimo. Si esta bajo, es gripe si estoy súper deprimido horrible, hasta la garganta y se me hace una infección y tengo que recurrir a un antibiótico de tanto que es.

que ya acepto que es lo que me acarrea un problema no atendido, estrés<sup>212</sup>

**¿por qué crees que te enfermes?**

Porque los cambios de la estaciones

Porque también hay mucha contaminación y también eso afecta siento todo mi cuerpo, así me siento casada y siento mi nariz con...mocos pero a veces se me va el aire<sup>213</sup>

yo creo que es normal, por los cambios de temperatura. Ay, es que es el sol, ay es que hace frío, pero nunca lo tomé muy a pecho, ni siquiera hice nada estaba tan enfocada en tantas cosas que lo que menos importaba era eso.<sup>214</sup>

mi mamá, porque es así hasta la fecha, le atribuye a que es porque uno no se cuidó y alo mejor me lo atribuía porque a lo mejor me había tomado un helado o no me había puesto suéter, entonces cuando yo me enfermaba era mi culpa.

Yo se lo atribuía lo que mi mamá me decía, a que no me puse suéter, a que no estoy comiendo bien, a que me tomé el helado, a eso se lo atribuía

luego me enfermo y de la garganta hasta la fecha, si tengo una bronca me enfermo aunque ya poquito, pero en mis momentos de crisis, curiosamente me enfermaba, duraba un mes con una tos<sup>215</sup>

yo creía que era normal enfermarse tanto, que unos se enferman de una cosa y otros de otra, que a mí me había tocado de la garganta y yo hacía mi vida normal. Ahora que ya he estudiado un poco mas y con la poca experiencia que tengo me doy cuenta de que siempre ha sido mi estado emocional

Antes lo percibía como normal, pero ya analizándolo me he dado cuenta que es para llamar la atención de los demás, buscar el afecto y la compañía de los otros, aunque fuera por estar enferma.

me enfermo por conveniencia<sup>216</sup>

fue como de escape, ya para salirme de ahí.

<sup>211</sup> Entrevista: "El abandonado".

<sup>212</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>213</sup> Entrevista: "Hija única".

<sup>214</sup> Entrevista: "La afligida".

<sup>215</sup> Entrevista: "La rebelde".

<sup>216</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".

yo pensé que era al clima de acá, porque llegamos en diciembre y yo pensé que era el frío, me peleaba o algo y ahí estaba con las anginas todas purulentas la última vez que me enfermé fue hace como dos meses, empecé porque me peleé con mi mamá y me daban muchas ganas de decirle que porque me decía cosas tan hirientes cuando... son cosas que me dice con la intención de que me duelan y yo digo ¿por qué? ¿con que saña lo hace? Y dije: no voy a llorar, no voy a llorar. Y me corrió de la casa y me dijo: vas y te largas y la puerta esta abierta y te vas a la chingada y bla, bla, bla, y me quedé con todo eso aquí [se agarra el cuello] y dije: no voy a llorar, no voy a llorar. Y me dieron unas anginas que no se me quitaban con nada. pero como ya creciste eres responsable de ti. Entonces si estas mal es porque no te cuidaste<sup>217</sup>

#### **¿a que le achacas el origen de tu padecimiento?**

A la contaminación. Y cuando hace calor, no se diga, yo no puedo tomar algo fresco y q que haga mucho calor, porque de inmediato se me empieza a cerrar y empiezo a sentir bien feo, feo, horrible..

Si me lo he preguntado, pero nadie me lo ha podido responder en cuanto a médicos y yo dije, entonces ha de ser normal. Creí hasta un cierto punto que era normal, no entiendo porque me duele, me da como impotencia .¿por que me duele si no tengo nada malo? Me siento fastidiada<sup>218</sup>

siento que he vivido muy rápido, bueno siento que en el tiempo de la carrera viví muy rápido, estoy en un momento de relax, yo creo por eso me da gripa [ríe] yo me dedicaba a llorar y dije después ya no voy a llorar, y no lloraba pero me enfermaba mucho yo pensaba que me daba porque no me cuidaba<sup>219</sup>

Yo creo que como todo el tiempo he sido muy delicada, porque mi mamá era de : ponte el suéter, ponte el suéter, la chamarra, nos cuidaba en exceso en suéteres y obviamente entre mas te cuides mas te enfermas, y invierno, por los huesos, como que me afecta, es el clima que mas me afecta<sup>220</sup>

#### **¿tu a que le achacas el origen de tu padecimiento?**

yo siento porque me bajan muchas las defensas cada vez que estoy con actividad de la menstruación, siento que me bajan las defensas, yo le achaco eso, porque que casualidad que estando menstruando, luego uno se siente fatal, y te enfermes, como que te bajan todas tus defensas<sup>221</sup>

#### **quién crees que tenga la culpa o a raíz de qué te surgió este padecimiento?**

Pues yo creo que yo misma

#### **¿por qué?**

Porque... este padecimiento tiene razón de unos 10 o 12 años, y yo iba a la secundaria y yo me bañaba diario, diario, pesar de que me decían que no me bañara, me salía sin suéter, me salía sin taparme, sin protegerme, por eso siento que a lo mejor eso tuvo que ver cuando hay mas contaminación, cambia el ambiente, o que me voy a un lugar donde estoy en una temperatura y entro a otra, es cuando me afecta<sup>222</sup>

me bajaron las defensas porque me puse a dieta

<sup>217</sup> Entrevista: "La imperdonable".

<sup>218</sup> Entrevista: "La culpable".

<sup>219</sup> Entrevista: "La relegada".

<sup>220</sup> Entrevista: "La chillona".

<sup>221</sup> Entrevista: "La solitaria".

<sup>222</sup> Entrevista: "Falta de cariño".

lo relaciono con que yo no tengo apéndice por el estado de ánimo, yo a eso le achaco<sup>223</sup>

yo dormía en la recamara en la que dormía mi abuelita. Entonces ella se la pasaba fumando toda la noche. Eso si yo nada mas me acuerdo que yo alcanzaba a moverme, me movía, que eran camas separadas, pero yo la veía como hacía la lucecita en lo oscuro y yo la veía que estaba fumando y todo ese humo ahí se quedaba. Si había ventana pero no la abría, se quedaba el humo toda la noche, y fue así como 6 meses. Y a eso se debe que me enferme muy seguido de la garganta<sup>224</sup>

de la garganta yo quedé afectada desde el sarampión, porque nos da luego con ciertas consecuencias, luego viene con mal de ojos, ojos infectados y a mi me dio el sarampión y quedamos afectados de la garganta tal vez sea la contaminación<sup>225</sup>

**¿usted a que cree que se debe que usted se enferme tanto?**

Pues mucha gente me ha dicho que por la mala alimentación que llevamos porque no teníamos que comer

Yo siento que es descuido, o sea, a lo mejor yo digo que si es por la alimentación, porque mi alimentación fue totalmente baja y uno no tiene nada de defensa y estoy viva gracias a Dios<sup>226</sup>

**¿tu a que crees que se deba que te empezaste a enfermar?**

Pues... yo sé algo de que si uno tiene algún sentimiento empieza por la garganta y los bronquios, alguna vez escuché<sup>227</sup>

### 3.3.10 Cómo percibe su cuerpo, su persona

Minimizar o exagerar un padecimiento produce que le demos cierto tratamiento o que incluso no le demos ninguno. La imagen corporal sin duda aquí juega un papel importante, ya que depende de la concepción que se tenga del propio cuerpo es que se le proporcionaran determinados tratamientos o no.

La amigdalitis crónica en general no se ve como una enfermedad grave, ya que no es mortal, no existe generalmente un diagnóstico, la gente vive con este padecimiento por décadas y cree que es normal, porque la mayoría de la gente lo vive. Pero el que a la mayoría le suceda no quiere decir que sea normal, sino mas bien que ya nos estamos acostumbrando a estar así.

---

<sup>223</sup> Entrevista: "La tímida".

<sup>224</sup> Entrevista: "La alegre".

<sup>225</sup> Entrevista: "La comelona".

<sup>226</sup> Entrevista: "Sin descanso".

<sup>227</sup> Entrevista: "La trágica".

Eso es en realidad preocupante, ya que al pensar que una enfermedad es normal, no se le atiende, se vive condenado. Se llega entonces a ver un cuerpo enfermo como sano.

Y dependiendo de cómo sea la concepción que se tenga del propio cuerpo (como sano o enfermo) será como se relaciona con los otros, como se vive, puesto que si se concibe como alguien sano, procurará hacer todo lo posible por hacer las cosas que una persona normalmente hace, pero cuando se concibe como enfermo, se tendrá la razón o excusa perfecta para hacer o dejar de hacer determinadas cosas.

Por último pero no por ello menos importante, la cuestión de género (hombre/mujer) en definitiva determinará en gran parte como se concibe una persona, pues a una mujer le es socialmente permitido sentirme enferma, puesto que a ella se le considera débil, mientras que a un hombre se le ve socialmente como alguien fuerte, donde el concepto de enfermo no cabe, y entonces tiene que luchar con la concepción de si mismo, puesto que no se encuentra.

yo creo que nunca estuve tan enfermo como para que me mandaran a hacer unos estudios  
**¿te consideras sano?**  
 Ahorita sí<sup>228</sup>

yo creo que mi problema no era tan severo<sup>229</sup>

me tenía ya hartó<sup>230</sup>.

**¿no se desesperaba?**

No, porque me decían que era una enfermedad para siempre<sup>231</sup>  
 a mi me choca estar enfermo, me enoja mucho  
 cuando me vi reflejado en mi cuerpo y me di cuenta de que me había dado una madrina  
 completamente y dije: tengo que reconocer y acepto mi responsabilidad: la regué y  
 adelante<sup>232</sup>

Solamente que me enfermaba y ya mi madre sabía, era normal, cotidiano  
 las enfermedades las he vivido como una pausa donde trato de checar algunas cosas<sup>233</sup>  
**¿te consideras sano?**

<sup>228</sup> Entrevista: "El enojón".

<sup>229</sup> Entrevista: "El indiferente".

<sup>230</sup> Entrevista: "El raro".

<sup>231</sup> Entrevista: "El cariñoso".

<sup>232</sup> Entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>233</sup> Entrevista: "El consentido".



No, me enfermo mucho,  
siempre estoy enfermo desde que tengo uso de razón<sup>234</sup>

Desde chico he sido enfermizo, desde chico, desde que tengo noción  
Pero yo pensaba que nunca me iba a componer y ya pensé: ya me deterioré, estaba asustado  
Sentía que todos me veían mal  
Yo me sentía enfermo, me sentía como agredido  
Iba a sonar que soy como el oprimido, el delicado y yo cuando expresé por primera vez que  
me sentía mal, yo necesitaba conversar y con quien mas que con mi pareja que es la  
inmediata y llegaba a momentos de angustia que se empezaron por no haber comunicación  
Ahora me siento vacío<sup>235</sup>

### ¿cómo te describirías tu?

Como una persona enfermiza<sup>236</sup>

yo creo que es normal, nunca lo tomé muy a pecho, ni siquiera hice nada<sup>237</sup>

era muy achacosa  
hecho yo tenía puras compañeras bonitas y yo siempre he sido muy delgadita y muy poco  
desarrollada y yo en 4º ya tenía compañeras con unas figuras muy esculturales igual y la  
alimentación, tantas cosas, pero mi autoestima, si me sentía fea, así como que flaca, ahorita  
lo estoy trabajando, pero que así yo haya llagado a la auto aceptación de mi cuerpo, no,  
siempre me ha pesado ser flaquita, no tener mucho de acá [se agarra su pecho] de allá  
[señala hacia atrás refiriéndose a los glúteos]  
siempre me criticaban mucho y eso me hacía sentir todavía más fea  
fui bien enfermiza, pero bien enfermiza<sup>238</sup>

Pues normal, como desde niña siempre me enfermé de la garganta  
Antes lo percibía como normal<sup>239</sup>

nunca he dejado de decir: ay estoy sana, nunca he dicho ya no me duele, o ya no siento esa  
garraspera  
me choca, me choca, llega un momento en el que digo: estoy harta, ya ni le voy a hacer caso,  
ya lo que voy a hacer es mejor olvidar.  
y yo dije, entonces ha de ser normal. Creí hasta un cierto punto que era normal<sup>240</sup>  
A mí se me hacía algo normal, porque no me cuidaba, yo pensaba que me daba porque no  
me cuidaba<sup>241</sup>

Me desespero, me desespero porque quisiera hacer mis actividades normales, no siento ni el  
ánimo ni las fuerzas para hacerlas<sup>242</sup>

<sup>234</sup> Entrevista: "El abandonado".

<sup>235</sup> Entrevista: "El reclamón".

<sup>236</sup> Entrevista: "Hija única".

<sup>237</sup> Entrevista: "La afligida".

<sup>238</sup> Entrevista: "La rebelde".

<sup>239</sup> Entrevista: "La quejumbrosa".

<sup>240</sup> Entrevista: "La culpable".

<sup>241</sup> Entrevista: "La relegada".

<sup>242</sup> Entrevista: "La chillona".

Ya me acostumbré  
 Me siento así como que harta  
 Se me llega a olvidar<sup>243</sup>

tengo molestias muy fuertes, hasta pensé que era depresión<sup>244</sup>

El trabajo, la vida, yo digo que no me doy tiempo a sentir ni siquiera cuando estoy enferma a veces porque sé que tengo que trabajar no me doy tiempo a sentirme, porque siento que voy a flaquear y me puedo caer y no, no estoy para esas cosas. Yo digo: tu chíngale y no pienses<sup>245</sup>

### 3.4 Análisis de resultados

Existen características que comparten los pacientes que padecen amigdalitis crónica; veámoslas una a una.

La familia representa la organización básica de toda sociedad, y es el primer grupo humano con el que el niño se relaciona: este grupo lo va a marcar de una manera positiva o negativa.

Una niñez traumática, carente de afectos y horrible es como la describen en general los amigdalíticos. Esto no quiere decir que un niño que pertenezca a una familia con estas características irremediablemente va a presentar tal o cual enfermedad, sin embargo existe una mayor probabilidad de que ocurra. Veamos algunos ejemplos:

#### ¿cómo fue tu infancia?

Horrible, horrible. uno siente cuando no lo quieren<sup>246</sup>

yo no tengo un lugar especial, y eso me ha dolido, se los he reprochado por mucho tiempo<sup>247</sup>  
 mi infancia fue medio trágica, creo yo.. me hicieron falta cariños<sup>248</sup>

mi infancia fue muy triste, duele mucho hablar de mi infancia<sup>249</sup>

Como que me hacían a un lado<sup>250</sup>

<sup>243</sup> Entrevista: "*Falta de cariño*".

<sup>244</sup> Entrevista: "*La comelona*".

<sup>245</sup> Entrevista: "*Sin descanso*".

<sup>246</sup> Ver entrevista: "*La afligida*". Mujer, 19 años, soltera, hija mayor de 3. Criada por los abuelos.

<sup>247</sup> Ver entrevista: "*La quejumbrosa*". Mujer, 22 años, soltera, 2ª hija de 4. estudiante. Ha acudido a varias terapias psicológicas.

<sup>248</sup> Ver entrevista: "*La culpable*". Mujer 27 años, es la menor de 4 hijos, hija de madre soltera, actualmente esta casada y tiene dos hijas.

<sup>249</sup> Ver entrevista: "*La relegada*". Mujer, 27 años, soltera, hija mayor de 3. siempre fue comparada con los hermanos y relegada por ser mujer.

Mi familia era de las que guardaba los problemas, no los expresaba, los callábamos para tratar de mantener la fiesta en paz, a veces funcionaba, pero no siempre, un problema no se podía ocultar.<sup>251</sup>

Las emociones que se generan a partir de este primer contacto humano generalmente son guardadas por la persona, la dominan a tal grado que es muy probable que los sentimientos o emociones que desarrolle en su niñez debido a los factores que lo rodean, se conviertan en parte de su personalidad y son emociones o sentimientos con los que vive o trata de vivir.

Yo no la quiero como mamá, no le doy ese cariño, le duele mucho, pero no se lo ganó. Le tomé muchísimo coraje a mi mamá, así horrible, es espantoso<sup>252</sup>

Llegó un tiempo en que le reclamaba a mis papás el hecho de que no me quisieran. Les guardé mucho rencor por muchos años a mis hermanos<sup>253</sup>

me duele, el hablar de él (de su padre) y siempre le he tenido mucho resentimiento y mucho, mucho coraje<sup>254</sup>

si me causa cierto como coraje y sentimiento que me perdí ese momento (mi adolescencia) por estar embotado con los problemas de la familia. Me he hecho algo rencoroso<sup>255</sup>

Y creo que no me he perdonado el haber nacido, como que no me lo he perdonado, como que yo vine a arruinarle la vida a mi mamá<sup>256</sup>

Si, me invade la nostalgia, la rabia, todo<sup>257</sup>

Tenía mucho coraje con él (su padre) y que lo odiaba, lo había odiado mucho tiempo, y también a mi mamá,<sup>258</sup>

<sup>250</sup> Ver entrevista: *"El abandonado"*. Varón, 32 años, divorciado, tiene un hijo del cual se hace cargo. Tuvo in intento suicida.

<sup>251</sup> Ver entrevista: *"El reclamón"*. Varón, 35 años, casado desde hace 7 años, sin hijos. Reporta serios problemas maritales y actualmente acude a terapia debido a problemas físicos y a un intento suicida.

<sup>252</sup> Ver entrevista: *"La afligida"*.

<sup>253</sup> Ver entrevista: *"La quejumbrosa"*.

<sup>254</sup> Ver entrevista: *"La culpable"*.

<sup>14</sup> Ver entrevista: *"El reclamón"*

<sup>15</sup> Ver entrevista: *"La imperdonable"*. Mujer, 24 años, soltera, hija de madre soltera, es la mayor de 2 hijos . Es voluntaria en su comunidad en algunas labores del gobierno.

<sup>16</sup> Ver entrevista: *"La chillona"*. Mujer, 31 años, 2ª hija de 3, de padres divorciados, actualmente es casada y tiene una hija,

<sup>17</sup> Ver entrevista: *"Falta de cariño"*. Mujer, 32 años, hija mayor de 4, de madre soltera, actualmente esta casada (segundo matrimonio) y tiene tres hijos

<sup>18</sup> Ver entrevista: *"El enojón"*. Varón, 13 años. Estudiante del 1er grado de secundaria, es el hijo menor de dos.

La tristeza y el enojo son las emociones que predominaron en los sujetos que fueron entrevistados, son emociones que los invaden, que no pueden controlar, ahí se deriva que exista en su persona predominantemente una emoción. Que se conjuga con los factores externos, o la manera en la que el sujeto percibe su realidad y se apropia de ella. Por eso la pregunta es pertinente: ¿Puede una enfermedad generar determinada emoción o una emoción propiciar una enfermedad? Los resultados indican que sí, es una evidencia a la que no podemos hacernos de ojos ciegos. Veamos como se describen los sujetos entrevistados:

Me defino como una persona triste, melancólica<sup>259</sup>

Me siento triste y no lo niego<sup>260</sup>

Me siento triste<sup>261</sup>

Existen sentimientos y emociones que pueden ser considerados como faltas o pecados, esto debido a la religión. En nuestro país, inclusive todos los entrevistados pertenecen a religiones o creencias de origen judeo-cristiano, en donde impera la filosofía de bueno/malo, pecador o santo. Aunque este modo de comprensión inscrito no es bíblico, sino griego<sup>262</sup>, ya que las enseñanzas que se tienen no se basan en el libro que se considera sagrado, es decir, la Biblia, sino mas bien en tradiciones humanas y paganismos de origen griego.

Ahora, no podemos culpar a la religión de todo lo malo que nos pasa, ya que esta no solo tiene efectos negativos en las personas, la medicina está empezando a creer que la religión puede mejorar la salud.

Hay estudios que revelan los beneficios de asistir a la iglesia, como es el que la gente sea mas longeva, pues asistir promueve hábitos saludables y hay

---

<sup>259</sup> Ver entrevista: “*El sobreprotegido*”.

<sup>260</sup> Ver entrevista: “*La rebelde*”. Mujer de 22 años, madre soltera, hija menor de tres, actualmente trabaja y cursa una maestría.

<sup>261</sup> Ver entrevista: “*Sin descanso*”. Madre soltera de 50 años de edad con dos hijos de diferente padre. Todo el tiempo se dedica a trabajar para olvidarse de todo.

<sup>262</sup> Boff, L. *Espíritu y cuerpo*. Citado en : Durán, A. N. *Cuerpo, razón e intuición.*, México, CEAPAC Ediciones, 2004

mas posibilidades de hacer cambios positivos en la vida como el dejar de fumar, de beber, hacer mas ejercicio y se presenta un menor índice de depresión<sup>263</sup>.

Lo que estos estudios demuestran es que la espiritualidad (no necesariamente la religiosidad) tiene un papel importante. La oración por ejemplo produce un estado de calma, de amor y sensación de pertenencia, que tiene una correlación positiva con la salud. Mientras que una espiritualidad moralista, no es necesariamente buena, pues ahí es donde surgen la represión y la culpa, que se relaciona negativamente con la salud. Se puede ser espiritual sin ser religioso, se puede ser secular<sup>264</sup>.

Tristeza e ira son las emociones que la mayoría de los entrevistados expresa como estado de ánimo habitual.

La tristeza siempre tiene que ver con la pérdida, de una persona o cosa. Entre todas las especies animales, la humana es la única que ha inventado medidas artificiales para inducir estados de ánimo placenteros para así reducir su tristeza. No en vano los psicotrópicos son de los fármacos mas vendidos, sin embargo uno de los antidepresivos mas eficaces son las palabras, según Sigmund Freud (1859-1939) había veces que el único modo de librarse de las emociones negativas constituía en hablar de ellas<sup>265</sup>.

Y las personas que fueron entrevistadas, hablan y hablan, casi sin parar, aunque no siempre es de lo que les molesta, irrita o entristece.

Es importante mencionar que todos los sujetos accedieron fácilmente a ser entrevistados y grabados, puesto que a todas las personas que les solicité su colaboración accedieron gustosas, ninguna se rehusó, hablaron durante mucho tiempo y en algunas ocasiones se tuvo la necesidad de tener mas de dos encuentros para poder concluir con el guión de la entrevista.

Sin embargo al hablar no necesariamente comunican sus emociones, a muchos les cuesta trabajo expresar sus emociones, veamos:

---

<sup>263</sup> Fuentes: Andrew Newmbarg, MD. UNIV. OF PA. AMER. Psychologist Journal. Citado en Newsweek en Español Vol. 8 no. 43. La fe y la curación. Por Claudia Kalb.

<sup>264</sup> Para mayor información de estudios realizados sobre este tema ver: Newsweek en Español Vol. 8 no. 43. La fe y la curación. Por Claudia Kalb. Y Atalaya 01 de Febrero de 2004 p.p. 3-7, donde se mencionan estudios realizados en Australia y en diversas Universidades de Estados Unidos.

<sup>265</sup> Evans, D. *Emoción. La ciencia del sentimiento.*, España. Editorial Taurus, 2002.

Me quedaba callada<sup>266</sup>

la mayoría de las veces me lo quedo callada o lo hago entre broma, pero eso me cuesta trabajo, no puedo<sup>267</sup>

soy así como callada<sup>268</sup>.

me los quedo callada, para mí me gusta mucho reservarme mis cosa. Porque siento que es mejor porque siento como que no es bueno abrirte del todo con la demás gente<sup>269</sup>

siempre me quedo muy callado, sinceramente siento que soy muy superficial<sup>270</sup>

Una emoción no expresada se convierte en síntoma.

“Lo que se guarda siempre buscará salidas, porque el espacio corporal no está diseñado para almacenar por mucho tiempo [...] Nadie sabe lo que sucede cuando el cuerpo humano no es escuchado, sé tienen sus riesgos sobre todo con respecto al a salud”<sup>271</sup>.

Pueden comenzar a generarse cambios a nivel bioquímico que altera el estado de equilibrio que el cuerpo posee. Un estudio realizado por Molina (1997)<sup>272</sup> muestra la relación existente entre las emociones y el sistema inmunológico, explica como diversos estados de ánimo, sobre todo cuando se viven procesos de duelo, contribuyen a que las defensas del cuerpo decaigan, o bien, no permite su pronto restablecimiento. Incluso se ha observado que cuando una persona está sometida a una condición de mayor estrés o tristeza se está mas expuesta a los resfriados.

Así como las defensas decaen ante determinado estado emocional, también puede aumentar. Cuando uno se ríe el cuerpo segrega un producto que es como el opio, lo hace sentirse a uno bien, la risa también segrega un producto que es como una taza de café bien cargada, que lo despierta a uno, así que muy

---

<sup>266</sup> Ver entrevista: “*La rebelde*”.

<sup>267</sup> Ver entrevista: “*La imperdonable*”.

<sup>268</sup> Ver entrevista: “*La tímida*”. Mujer 28 años, casada, tiene un hijo varón de dos años y su relación marital la define como que la hace sentirse vacía.

<sup>269</sup> Ver entrevista: “*Sin descanso*”.

<sup>270</sup> Ver entrevista: “*El indiferente*”. Varón soltero de 19 años, es el 4º hijo de 5. Por el momento trabaja como empleado en una tienda de videos.

<sup>271</sup> López R. S. *El Zen y las pasiones*. México. Plaza y Valdés, 2000.

<sup>272</sup> Citado en: Juárez Arellanes, S. *Una aproximación psicológica de las enfermedades psicosomáticas y del abandono corporal.*, Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2002.

difícil deprimirse cuando uno está carcajeando, además existe una enorme influencia sobre el sistema inmunológico<sup>273</sup>.

Ahora bien, cuando un estado de tristeza se prolonga, no solo genera cambios a nivel celular, sino también a nivel personal. En forma extrema, una tensión emocional puede orillar incluso al suicidio.

La enfermedad, el aislamiento, la separación, la pérdida, la depresión, o incluso los problemas financieros pueden inducir o hacer que un individuo contemple al suicidio como una posibilidad.

No está fijado ningún límite para el sufrimiento individual, y muchas personas tampoco lo establecen por si mismas, sino que continúan padeciendo a menudo con una intensidad y duración que supera el sufrimiento de los suicidas<sup>274</sup>.

La mayoría de las personas pasan por rachas de tristeza, que remite con el tiempo, pero la depresión clínica es completamente diferente<sup>275</sup>.

Tan solo en el país hay 10 millones de personas que la padecen, y en el mundo hay mas de 330 millones de casos de depresión grave y según las previsiones esta afección ocupará dentro de 20 años el segundo lugar en muertes después de las dolencias cardiovasculares.<sup>276</sup>

El índice de suicidios en México ha aumentado en un 200% en los últimos 30 años. En el año 2000 se registraron un millón de suicidios y entre 10 y 20 millones de personas intentaron quitarse la vida<sup>277</sup>.

---

<sup>273</sup> Negocios. Año 11. no. 23. Dios también se ríe. Por Víctor González M.

<sup>274</sup> Dieter Ulich. *El sentimiento. Introducción a la Psicología*. Barcelona, Editorial Herder, 1985.

<sup>275</sup> Existe también la denominada distimia o depresión leve, que algunos de sus síntomas se presentan en la depresión grave. Para ver mas sobre Depresión puede consultar López Oliva, *¿Es la depresión un estado constitutivo de la naturaleza femenina?* En: López Ramos (coordinador) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I.*, México. CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002.

<sup>276</sup> ¡Despertad! 08 de Enero de 2004.

<sup>277</sup> Aguilar Elizabeth. *Hablemos de los que se dice acerca de la depresión*, en: López Ramos (coordinador) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III.*, México. CEAPAC, 2003. Si quiere saber mas sobre estadísticas de intentos de suicidio y suicidios en forma anual, en las siguientes publicaciones: Anuario de Estadística de los Estados Unidos Mexicanos, Agenda Estadística, Anuarios estadísticos de los estados, cuadernos de la estadística de intentos de suicidio y suicidios, así como el Boletín de la estadística de intentos de suicidio y suicidios, todos publicados por el INEGI.

Entonces no debería de sorprendernos que de los 25 sujetos entrevistados, 6 de ellos, que corresponde a un 24% expresa haber tenido ideación o intento suicida.

inclusivo muchas veces pretendí suicidarme<sup>278</sup>

tuve una sobredosis de medicamento, pero de repente reaccioné, ya cuando me las había tomado y me fui al hospital<sup>279</sup>

llegué a expresar ese deseo de quitarme la vida<sup>280</sup>

Además existen otros factores que influyen de manera considerable en la construcción de una enfermedad psicosomática. Veamos lo que tiene que ver con la alimentación.

¿qué es lo que consumes de alimentos mas o menos?

Pechuga, carne, papas, tomates, queso y ya<sup>281</sup>

Comida basura, Kentucky, McDonal's, Burguer King, papitas y cuestiones así. Todo lo frito y rico<sup>282</sup>

Pues carne, mucha carne, verduras la verdad pocas, si me gustan pero como muy pocas y verduras si compramos, pero no soy muy afecto a comer<sup>283</sup>

No es una alimentación de puras verduras o carne, sino lo que hay y mientras me guste<sup>284</sup>

Comía chatarra, todas las porquerías que te puedas imaginar, me encantaban las papitas y todas las fritangas, los taquitos eran mis favoritos, las garnachas y esas cosas. Y los dulces, siempre he comido muchos dulces. Y carne mucha carne, pocas verduras<sup>285</sup>

Pura carne, me comía bistec y medio en un día con chile, refrescos, condimentos y grasas, muchas grasa saturadas, me llegaba a tomar un litro de leche diario<sup>286</sup>

Puras quesadillas, pura vitamina T, tacos, tortas, tostadas, tamales, los domingos carnitas, barbacoa, carne asada, longaniza, carne asada, frijoles, casi siempre. Papitas, refresco, todo, todo lo malo<sup>287</sup>

Lo normal: Carnes<sup>288</sup>

---

<sup>278</sup> Ver entrevista: "La chillona"

<sup>279</sup> Ver entrevista: "El abandonado".

<sup>280</sup> Ver entrevista: "El reclamón"

<sup>281</sup> Ver entrevista: "El enojón".

<sup>282</sup> Ver entrevista: "El sobreprotegido". Varón 25 años, soltero. Estudiante de licenciatura. Es el hijo menor de 4.

<sup>283</sup> Ver entrevista: "El abandonado".

<sup>284</sup> Ver entrevista: "La quejumbrosa"

<sup>285</sup> Ver entrevista: "La afligida".

<sup>286</sup> Ver entrevista: "La imperdonable".

<sup>287</sup> Ver entrevista: "La culpable".

<sup>288</sup> Ver entrevista: "La chillona"



Como se puede notar, los hábitos alimenticios que poseen los entrevistados no se caracterizan por una dieta balanceada, sino mas bien, por un exceso de carbohidratos complejos y fibra. Aunque en realidad la comida mexicana tiene el potencial de ser una comida saludable, la mayoría opta por consumir grasa en todas sus formas (saturadas, monoinsaturadas y poliinsaturadas), lo peor del caso es que se considera como algo 'normal', así que la pésima o mala alimentación se considera normal, aumentando el riesgo de padecer mas enfermedades.

En el caso de la amigdalitis crónica existen alimentos que ayudan a disminuir o a agravar los síntomas. Cuando una persona esta enferma y tiene dolor en la garganta, la temperatura bucal puede ascender hasta los 40<sup>o</sup> centígrados, y con los alimentos ricos en grasas la cavidad bucal resulta ser un caldo de cultivo perfecto para el desarrollo de bacterias y hongos.

La boca, como el contacto que se tiene con exterior, resulta de gran importancia, la saliva tiene un papel importante en el mantenimiento de los tejidos bucales, ya que tiene un efecto de limpieza y arrastre de sustancias alimenticias y gérmenes patógenos e infecciones, además de que contiene iones tiocianato, encimas proteolíticas y anticuerpos protéicos que destruyen bacterias bucales<sup>289</sup>.

Por tanto, hay ácidos que se producen de forma natural, algunos dan sabor y otros controlan la acidez de los alimentos mientras que otros tienen una efectiva acción antimicrobiana. Por ejemplo los cítricos y otras frutas tiene compuestos como el bufenil y derivados, los cuales minimizan el ataque de hongos y bacterias.

Ahora bien, si no se consumen estos alimentos no existe ninguna manera de eliminar esas bacterias y se producen de una forma incontrolada.

Cuando los problemas de la vida no se resuelven y se evitan, las manifestaciones son varias, los síntomas son una señal que el cuerpo emite de que algo no anda bien, y que debe de ponerse atención, sin embargo notamos como los pacientes con hasta 50 años de padecer amigdalitis no hacen caso de esos 'mensajes del cuerpo' y se hace normal. Por supuesto que los síntomas

---

<sup>289</sup> Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® 2003. © 1993-2002 Microsoft Corporation

varían de una persona a otra y depende de los años que lleven con el padecimiento, algunos síntomas son soportables, pero otros no, resultan verdaderamente molestos.

En ocasiones la sintomatología que presentan es de llamar la atención, o mejor dicho, para llamar la atención. Veamos cuales son los principales síntomas que se manifiestan:

me da calentura, infección de garganta<sup>290</sup>

Normalmente se me cierra mucho la garganta, mucho fluido nasal, calentura si por las noches, uno o dos días me duele muchísimo mi cuerpo<sup>291</sup>

temperaturas altísimas de 40 grados, las anginas súper grandes e hinchadas. puntitos blancos, el moco verde, no en grandes cantidades creo que no normal, estornudos casi no, es un malestar en la garganta, un ardor de que no puedes pasar saliva porque te arde, cuerpo cortado, me daba temperatura, dolor, anginitas, sin fuerzas sin poderme mover, bajaba 5 o 6 kilos en una semana<sup>292</sup>

En la garganta si cuando me da calentura si, así como verde, cuando sientes las flemas, son verdes, hasta empecé a adelgazar así de repente<sup>293</sup>

Nada mas es la garganta, inflamada, me duele, me siento sin ganas de hacer nada, todo el cuerpo me duele<sup>294</sup>

la gripe, el dolor de cabeza, que si dolor de articulaciones, no duermo nada, estoy súper alterado, no tengo hambre, no me concentro en lo que estoy haciendo, me siento horrible, me siento mal, me duele la cabeza, me duele la garganta, los ganglios se me inflaman, era horrible, se me subía la presión se siente uno mal, adormecido, entorpecido, ensordecido, me estaba poniendo muy pálido Los oídos y las articulaciones, me duelen las articulaciones o músculos, y como que amanezco como que muy apretado y ando tronando, me duelen los músculos sin haber hecho ejercicio, sin haberme golpeado, siento mucha presión en la mandíbula<sup>295</sup>

tengo gripe, tos y garganta irritada, la garganta siento garraspera y me da calentura<sup>296</sup>

era cuerpo cortado feo, sobre todo la flema que toses y se sale, moco muy espeso, el oído inflamado, no me acuerdo si me dio calentura, no sé, pero muy feo y de esas toses que no se me quitaban<sup>297</sup>

no poder pasar ni siquiera la saliva, se me enrojecen y llena de salpullido, temperatura, malestar general, a veces tos con flema o sin flema, llego a escupir flema con sangre. Dificultad para respirar y mucho moco, una temporada también me dio por estornudar mucho, dolor de cuerpo, no podía ni hablar, la tos el malestar la calentura, todo me debilitaba, no me da hambre y además no puedo pasar los alimentos porque me duele.<sup>298</sup>

<sup>290</sup> Ver entrevista: “El enojón”

<sup>291</sup> Ver entrevista: “El indiferente”.

<sup>292</sup> Ver entrevista: “El independiente”. Varón soltero, 19 años. Estudia y trabaja, solo tiene dos hermanas mayores que él.

<sup>293</sup> Ver entrevista: “El violento”. Varón, 32 años. Casado, trabaja y manifiesta infelicidad en su vida familiar.

<sup>294</sup> Ver entrevista: “El abandonado”.

<sup>295</sup> Ver entrevista: “El reclamón”

<sup>296</sup> Ver entrevista: “Hija única”. Niña de 9 años de edad que es hija única, se dedica a la escuela.

<sup>297</sup> Ver entrevista: “La rebelde”.

<sup>298</sup> Ver entrevista: “La quejumbrosa”.

Fiebre, anginas purulentas, me llegué a convulsionar por la temperatura. luego me agarró la tos, que me duró como 3 meses era de esa tos que sientes como se te despega la flema y te duele y dices: ya voy a escupir sangre<sup>299</sup>

totalmente me tira porque estar con el ojo, la nariz igual, con mucho fluido, el dolor de huesos así que te arden, te arden los huesos y luego la fiebre, pues estar en cama, es horrible y eso medio dormida y no puedes respirar, no puedes pasar saliva, nada, nada mas acostada La garganta que te duele, los huesos, la fiebre<sup>300</sup>

Los síntomas que se presentan hacen que las personas procuren encontrar alivio en todo tipo de tratamientos, con resultados, a veces no muy favorables. En ocasiones resultan inocuos, otras ocasiones agravan la enfermedad o se produce cierta inmunidad a los tratamientos. Veamos algunos de los tratamientos mas empleados entre los enfermos:

a cada rato inyecciones, inyecciones. Siempre me llevaba al doctor. *Ampicilina* y ... la mayoría de las veces *ampicilina*. El clásico remedio del doctor que te manda *penicilina* y con eso te va salvando, te vas salvado pero después me hice alérgico a la *penicilina*<sup>301</sup>.

ya sabía que me iban a dar, por eso me automedicaba<sup>302</sup>

me daban *Dimetab*, *Ampicilinas*, en el seguro me dan medicina, un tiempo que iba al Otorrino me daba *Pseudoefedrina*, *Clorfeniramina compuesta*. Una vez que me puse 30 inyecciones de *Garamicina*<sup>303</sup>

me daban inyecciones e inyecciones, inyecciones. Me llegué a tomar *pentrexil*, me llegué a tomar dos de 1gramo cada 6 horas, pero siempre penicilina<sup>304</sup>

*Eritromicina*, *Dicloxacilina*, *ampicilina con ácido clavulánico*, las dos juntas, era una cápsula diaria y complementado con un enjuague bucal que se llama *Vanta*<sup>305</sup>

La penicilina es el antibiótico por antonomasia, esta es un derivado el hongo *Penicillium notatum*, que en 1928 Alexander Fleming descubrió por accidente, sin embargo fue hasta 1940 que Howard Florey y Ernst Chain utilizaron la penicilina por primera vez con humanos.

Al principio se consideraban a los antibióticos como fármacos milagrosos, pues constituían un tratamiento eficaz para infecciones hasta ese entonces incurables provocadas por bacterias y hongos. Sin embargo la penicilina solo

<sup>299</sup> Ver entrevista: "La imperdonable".

<sup>300</sup> Ver entrevista: "La solitaria". Mujer de 32 años, la penúltima hija de 5. Actualmente esta casa y tiene un hijo de 9 años.

<sup>301</sup> Ver entrevista: "El independiente".

<sup>302</sup> Ver entrevista: "La quejumbrosa".

<sup>303</sup> Ver entrevista: "El abandonado".

<sup>304</sup> Ver entrevista: "La imperdonable".

<sup>305</sup> Ver entrevista: "La culpable".

puede destruir a los organismos que están creciendo y multiplicándose, no a los que se encuentran en estado latente. Por lo tanto los antibióticos no curan las enfermedades virales como la gripe, además a algunas personas les ocasiona algunas reacciones alérgicas, incluso en los últimos años el problema de las resistencias bacterianas ha ido en aumento y ha hecho necesaria la búsqueda de antibióticos alternativos o el incremento de las dosis para conseguir el mismo efecto.

Frecuentemente se suministran los antibióticos como medidas preventivas, aunque no existe ninguna evidencia de que sean útiles, lo que se produce es una resistencia bacteriana, y en el caso de que se utilicen los de amplio espectro, la consecuencia es de que eliminan también los microorganismos beneficiosos. En muchas ocasiones la infralitimización (el caso de que el paciente no termine el tratamiento prescrito, porque es muy largo o porque se siente mejor), hace que las cepas resistentes sobrevivan y se multipliquen, volviendo crónico el malestar de la garganta.

Debido a esto, muchos de los pacientes aquejados con un mal latente o crónico, se ven orillados a realizar otro tipo de remedios caseros o a consultar otro tipo de medicina que cubra sus necesidades. Veamos algunos de los más comunes:

el tomate caliente, así en la garganta, lo cortaba y lo ponía en el sartén a calentar y luego me metía el tomate hasta dentro en la garganta, me lo untaba y ya después me cubría la garganta con una bufanda o algo que me mantuviera caliente y ya, te quema por dentro, pero algunas veces si llegaba a funcionar<sup>306</sup>.

El homeopático fue el que me sacó adelante, fue algo tardado, hubo algunas reacciones, porque a veces estaba medio mal, iba y me ponía mas malo, pero al final tenía éxito<sup>307</sup>

Me tomaba algo como un jugo de limón o miel con limón o ajo con limón picado, picabas el ajo y le echabas jugo de limón y te lo pasabas<sup>308</sup>

un té con tejocote, bugambilia, guayaba y eucalipto, no era bugambilia, era eucalipto, las bolitas y endulzado con miel y el jarabe *broncolín*,<sup>309</sup>

Hubo veces que hasta en mi desesperación agarraba una gasa y frotaba yo las amígdalas y las tallaba porque sentía yo una comezón desesperante, frotaba la gasa con alcohol<sup>310</sup>

<sup>306</sup> Ver entrevista: “*El indiferente*”.

<sup>307</sup> Ver entrevista: “*El independiente*”.

<sup>308</sup> Ver entrevista: “*El raro*”. Varón de 24 años, soltero. Es el hijo menor de 7. Considera que sus peores relaciones son con las mujeres.

<sup>309</sup> Ver entrevista: “*La imperdonable*”.

<sup>310</sup> Ver entrevista: “*La culpable*”.

toda la noche comía *vaporub* y gárgaras de vinagre con *cafiaspirina* para que se me calmara la comezón<sup>311</sup>.

Hasta ahora no se conoce ningún tratamiento que cure el resfriado común, ni ningún fármaco que lo prevenga, por lo que actualmente el tratamiento esta dirigido a aliviar los síntomas y evitar las complicaciones, incluso cuando el resfriado no sea por sí mismo incapacitante. Según las estadísticas recientes, el resfriado común es la primera causa de absentismo laboral y escolar ocasionando que los niños falten a la escuela de 12 a 20 días o más debido a su enfermedad<sup>312</sup>.

Los resultados obtenidos por los diferentes tratamientos, ya sean los proporcionados por algún facultativo o los remedios caseros o algún otro proporcionado por otro profesional varían de acuerdo a cada organismo, beneficiándolo o afectándolo, agravándolo o disminuyendo sus síntomas, por ejemplo:

yo creo que por tanta medicina que tomaba, ya hasta me hice alérgico<sup>313</sup>

después me hice alérgico a la penicilina<sup>314</sup>

Alérgico no, pero yo creo que inmune sí<sup>315</sup>

Y no solo el medicamento alópata tiene consecuencias, sino cualquier otro tipo de medicamentación, incluso los remedios caseros, con los cuales se tiene que tener mucho cuidado y consultar a un experto<sup>316</sup>.

La ciencia moderna ha alcanzado numerosos logros, en diversos campos, como lo es en el área de la salud. No puede negarse que ha ganado importantes batallas en el campo de la salud. Si George Washinton estuviera vivo hoy, seguro que los médicos le tratarían su infección de la garganta con un antibiótico y probablemente se recuperaría en mas o menos una semana.

---

<sup>311</sup> Ver entrevista: "*La alegre*". Mujer casada de 40 años de edad. Tiene dos hijos varones adolescentes y se dedica a trabajar.

<sup>312</sup> Ausband, J., *Enfermedades del oído, nariz y garganta. Guía para el médico general y el otorrinolaringólogo.*., México Manual Moderno, 1978.

<sup>313</sup> Ver entrevista: "*El abandonado*".

<sup>314</sup> Ver entrevista: "*El independiente*".

<sup>315</sup> Ver entrevista: "*El indiferente*".

<sup>316</sup> Existen remedios al alcance de todos, con resultados positivos. Para mayor información véase: Werner, D. *Donde no hay doctor.*, México, Editorial Pax, 1982.

A menos de una centuria del descubrimiento y uso de los antibióticos, esto ya resultan insuficientes. Los resultados obtenidos no son siempre los esperados, la gente se desespera en la búsqueda de algún tratamiento que les haga sentir mejor, pero lamentablemente muchos no pueden conseguirlo, pues los años que llevan con el padecimiento va desde los 4 años hasta los 30 [Ver anexo 2]

Cuando una persona enferma, necesariamente se presentan cambios en su vida cotidiana y no solo en la del enfermo, sino también en los que lo rodean, algunos se acostumbran a vivir así, otros por el contrario, reclaman a cada momento la atención de quienes tienen cerca. Veamos lo que los entrevistados dijeron al respecto:

**¿faltabas mucho a la escuela?**

No, me mandaban enfermo, porque es mi obligación<sup>317</sup>

Faltaba porque era estar en cama con fiebres, era faltar una semana a clases, entonces cuando me enfermo dejo de hacer unas cosas mas por cansancio porque mi cuerpo no tiene la suficiente energía como para hacer muchas cosas<sup>318</sup>

Funcionó bien, aprendes a vivir así<sup>319</sup>

Tuve problemas en el trabajo porque llegaba tarde, pues me levantaba sin energías, sin nada, lo hacía yo como un robot, pero lo tenía que hacer. Estaba causando problemas en mi casa, a mi familia, en mi trabajo, a mis compañeros porque no rindo lo de ello, no jalo parejo, o sea estoy causando una serie de, porque ni en la casa respondo como debe de ser, ni con la familia<sup>320</sup>

me daban ganas de dejar todo, pero pues...no podía<sup>321</sup>

realmente no las dejo de hacer, incluso digo: me voy a olvidar del dolorcito y me voy a apurar, trato de dejar todo lo que tengo que hacer y si reposo un poco en las tardes<sup>322</sup>

no puedo hacer normalmente ya mi vida porque tengo que cuidarme mas<sup>323</sup>

En ocasiones para algunas personas resulta cómodo enfermarse, porque normalmente reciben cuidados y atención que de otra manera no conseguirían (a esto se le denominan ganancias secundarias). El problema se agudiza cuando la situación se vuelve recurrente, y así debido a su padecimiento se ven afectadas

<sup>317</sup> Ver entrevista: "El raro".

<sup>318</sup> Ver entrevista: "El independiente".

<sup>319</sup> Ver entrevista: "El consentido". Varón 26 años, soltero. Hijo menor de 2. actualmente trabaja como docente de bachillerato, y disfruta de lo que hace.

<sup>320</sup> Ver entrevista: "El reclamón"

<sup>321</sup> Ver entrevista: "La afligida".

<sup>322</sup> Ver entrevista: "La culpable".

<sup>323</sup> Ver entrevista: "Falta de cariño".

sus labores cotidianas, pero un trato especial o cuidados particulares no se les proporciona en la mayoría de los casos e incluso pueden llegar a ser molestos, ya que el padecimiento se presenta con tanta frecuencia que los llega a molestar, además, como la enfermedad no se considera 'grave', no les dan en trato especial que los enfermos esperan recibir. La consecuencia... los síntomas iniciales no se atienden y se agravan, se presentan con mas frecuencia y llegan a ocasionar problemas a nivel familiar.

mi mamá no se preocupa tanto, mi papá tampoco porque saben cual es el rollo<sup>324</sup>

Trato especial.. de repente, tal vez cuando en realidad me siento enfermo<sup>325</sup>

me dicen: ¡otra vez enfermo!, como que les cae mal que yo siempre esté enfermo, hasta me siento mal porque me tratan mal<sup>326</sup>

mi papá me regañaba: 'Otra vez ya estas enferma, es porque no te cuidas'<sup>327</sup>

yo no quería que mi mamá se diera cuenta, porque cuando yo me enfermaba mi mamá me regañaba, porque me decía: otra vez ya te vas a enfermar, son medicinas y es que el dinero, y se ponía de malas<sup>328</sup>

en mi casa es: cállate y tu te soluciones tus broncas, y tu te curas solita y como puedas<sup>329</sup>

A mi esposo no le gusta verme enferma, te juro que le molesta<sup>330</sup>

En general las familias de los amigdalíticos no responden las demandas de éstos, pese a los síntomas que pueden llegar a presentar. La frecuencia con la que se enferman es muy elevada, cada vez se enferman mas de continuo y llevan una vida mas deteriorada.

A los familiares les resulta difícil poder descifrar el mensaje que el enfermo quiere expresar mediante sus síntomas, llegan a creer que es "normal" solo porque a muchos les ocurre lo mismo.

Poco mas de la mitad de los entrevistados cuentan con un familiar o pariente cercano que padece de lo mismo, por ende lo ven como parte de lo

<sup>324</sup> Ver entrevista: "El independiente".

<sup>325</sup> Ver entrevista: "El violento".

<sup>326</sup> Ver entrevista: "El abandonado".

<sup>327</sup> Ver entrevista: "La afligida".

<sup>328</sup> Ver entrevista: "La rebelde".

<sup>329</sup> Ver entrevista: "La imperdonable".

<sup>330</sup> Ver entrevista: "La chillona".

cotidiano, cuando cualquier síntoma es un mensaje del cuerpo que hay que escuchar y atender.

Los amigdalíticos son individuos que se resisten a hablar con honestidad y franqueza sobre sus problemas, sin embargo su cuerpo o la enfermedad y sus síntomas revelan muchos de los conflictos que los aquejan. En ocasiones solo hay que saber interpretarlos.

Muchos se preguntan el por qué de su enfermedad, algunos encuentran la respuesta en el mismo curso de la vida, otros en los demás o en ellos mismos, pero si no son responsable de la vida, menos de su estado de salud y es mejor responsabilizar a los otros o lo demás de su condición que ser responsables del propio cuerpo. Veamos a qué le adjudican su estado de salud los entrevistados:

Me empecé a enfermar desde que me dieron las paperas<sup>331</sup>

Yo siento que no tengo muchas defensas, no porque no coma bien, tampoco porque no comía bien, siento que así soy, que tengo muchas deficiencias en mi organismo<sup>332</sup>

mi mamá nos cuidaba mucho en el aspecto de que no coman frío, tu suéter, es decir nunca se nos expuso a lo frío, es que en mi caso me afecta mucho cuando tomo cosas frías, entonces yo creo que viene desde pequeño.<sup>333</sup>

me di cuenta que me empezaba a enfermar según mi estado de ánimo. Me empecé a dar cuenta de que mi estado de ánimo estaba muy directo con mi estado de salud<sup>334</sup>

se enfermaba mucho dela garganta por la contaminación, en calor le daban anginas<sup>335</sup>

tiene que ver el estado de ánimo, que no quieres sacar, que tienes un respuesta corporal y todo eso<sup>336</sup>

le atribuí a mucho a los cambios de tiempo y a que te mojabas mucho y me asoleaba, a eso yo le atribuía<sup>337</sup>

le echa la culpa al smog<sup>338</sup>

yo le achaco a que trabajaba donde había pinturas y en el taller siempre había solventes y cosas que me irritaban la garganta. Había muchas sustancias químicas que irritaban la garganta, además las mascarillas que usábamos no eran seguras, se sentía todo en la garganta, el equipo no era seguro al 100%<sup>339</sup>

---

<sup>331</sup> Ver entrevista: "El enojón".

<sup>332</sup> Ver entrevista: "El indiferente".

<sup>333</sup> Ver entrevista: "El independiente".

<sup>334</sup> Ver entrevista: "El raro".

<sup>335</sup> Ver entrevista: "El cariñoso". Varón soltero de 25 años, que presenta retardo psicomotor, se dedica alas labores del hogar y ambos padres se encargan de él.

<sup>336</sup> Ver entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>337</sup> Ver entrevista: "El consentido".

<sup>338</sup> Ver entrevista: "El violento".

<sup>339</sup> Ver entrevista: "El abandonado".



hay gripas que me dan por frío, pero la mayoría de las gripas de joven y yo sin saberlo me daban porque yo estaba triste e inquieto<sup>340</sup>

Por los cambios de la estaciones, Porque también hay mucha contaminación<sup>341</sup>

yo creo que es normal, por los cambios de temperatura<sup>342</sup>

yo creía que era normal enfermarse tanto, que unos se enferman de una cosa y otros de otra, que a mí me había tocado de la garganta<sup>343</sup>

yo pensaba que me daba porque no me cuidaba<sup>344</sup>

yo siento porque me bajan muchas las defensas cada vez que estoy con actividad de la menstruación, siento que me bajan las defensas<sup>345</sup>

de la garganta yo quedé afectada desde el sarampión<sup>346</sup>

Yo siento que es descuido, o sea, a lo mejor yo digo que si es por la alimentación, porque mi alimentación fue totalmente baja y uno no tiene nada de defensas<sup>347</sup>

Culpables hay muchos, responsables pocos, resulta mas fácil creer que existen factores fuera de nuestro alcance que producen nuestra enfermedad y así no nos tenemos que hacer responsables de nuestra la salud, para eso creemos que existen personas que se dediquen a cuidarla. Así es como creamos nuestra concepción de imagen corporal, es decir, nos concebimos como personas sanas o enfermas, felices o infelices, completas o incompletas, y la percepción que tengamos de nosotros mismos y de nuestros cuerpos influirá directamente en la forma en la que vivamos o mejor dicho, en la actitud que tengamos hacia la vida. Como aprendemos a vivir con un padecimiento y lo incorporamos a nuestra vida, a veces ya ni siquiera lo notamos. A continuación se muestra la concepción de cuerpo, persona y enfermedad de los entrevistados:

cuando me vi reflejado en mi cuerpo y me di cuenta de que me había dado una madriza<sup>348</sup>

siempre estoy enfermo desde que tengo uso de razón, era normal, cotidiano<sup>349</sup>

me tenía ya harto<sup>350</sup>

<sup>340</sup> Ver entrevista: "El reclamón".

<sup>341</sup> Ver entrevista: "Hija única".

<sup>342</sup> Ver entrevista: "La rebelde".

<sup>343</sup> Ver entrevista: "La quejumbrosa".

<sup>344</sup> Ver entrevista: "La chillona".

<sup>345</sup> Ver entrevista: "La solitaria".

<sup>346</sup> Ver entrevista: "La comelona". Mujer de 48 años de edad, originaria de provincia. Actualmente esta casada y se dedica al cuidado de sus tres hijos adolescentes.

<sup>347</sup> Ver entrevista: "Sin descanso".

<sup>348</sup> Ver entrevista: "El sobreprotegido".

<sup>349</sup> Ver entrevista: "El abandonado".

<sup>350</sup> Ver entrevista: "El raro".

Desde chico he sido enfermizo, desde chico, desde que tengo noción, pero yo pensaba que nunca me iba a componer<sup>351</sup>

yo creo que es normal, nunca lo tomé muy a pecho, ni siquiera hice nada<sup>352</sup>

me choca, me choca, llega un momento en el que digo: estoy harta, ya ni le voy a hacer caso, ya lo que voy a hacer es mejor olvidar y yo dije: entonces ha de ser normal<sup>353</sup>

Ya me acostumbré<sup>354</sup>

yo digo que no me doy tiempo a sentir ni siquiera cuando estoy enferma a veces porque sé que tengo que trabajar. No me doy tiempo a sentirme, porque siento que voy a flaquear y me puedo caer y no, no estoy para esas cosas<sup>355</sup>

Se dice popularmente que para muestra basta un botón, por lo tanto lo que estas entrevistas pretenden es mostrar cual es el perfil de un paciente con amigdalitis crónica, cómo es su vida o su percepción de esta y cómo es que una enfermedad aparentemente tan ‘simple’ como esta tiene repercusiones en varios ámbitos, que van desde los personales hasta los sociales.

Por otra parte algunos de los entrevistados se realizaron pruebas de laboratorio confirman nuestra hipótesis, pese a que el padecimiento es crónico, y por tanto recurrente, las pruebas de laboratorio no indican ninguna anomalía. Veamos los esos casos:

Entonces empecé a ver un médico, me mandó a hacer un exudado y varias cosas y me dijo que estaba bien, que no tenía ningún virus o bacteria o hongos. Y entonces yo le pregunté ¿por qué me siento así? Y él dijo: Pues así pasa<sup>356</sup>

A todos nos hicieron un exudado, y salió negativo, hasta la fecha sale negativo, flora normal<sup>357</sup>

Nosotros no somos los únicos que albergamos estas dudas. Dosey escribe: Ignoramos o no sabemos con certeza porque ciertas personas en presencia de una infección de estreptococos contraen una fiebre reumática, mientras que otras pueden desarrollar anginas o porque algunos se convierten en transmisores de ciertas bacterias sin sufrir síntoma alguno, mientras que otros sucumben totalmente a sus ataques<sup>358</sup>.

<sup>351</sup> Ver entrevista: “El reclamón”.

<sup>352</sup> Ver entrevista: “La afligida”.

<sup>353</sup> Ver entrevista: “La culpable”.

<sup>354</sup> Ver entrevista: “Falta de cariño”.

<sup>355</sup> Ver entrevista: “Sin descanso”.

<sup>356</sup> Ver entrevista: “La culpable”.

<sup>357</sup> Ver entrevista: “La solitaria”.

<sup>358</sup> Dosey, L. *Tiempo, espacio y medicina.*, España, Editorial Kairós, 1986.

Ahora bien, sin un adecuado diagnóstico, o por lo menos un diagnóstico, no se puede proporcionar un tratamiento adecuado.

Es importante mencionar la falta de un diagnóstico apropiado y oportuno hacia el paciente, el diagnóstico es la determinación de la naturaleza de una enfermedad, es de uso frecuente en diversas disciplinas y goza de suma importancia ya que de este depende el tratamiento y/o rehabilitación que se dé al paciente.

Desde el punto de vista médico, entre los métodos para determinar dicho carácter esta el que se incluya desde una simple observación clínica, atar minuciosas pruebas de laboratorio. La última tarea del diagnóstico consiste en ubicarlo dentro de una clasificación que, a su vez, proporcione la pautas necesarias para la programación de un tratamiento específico<sup>359</sup>.

Los sujetos entrevistados nunca hicieron referencia a un diagnóstico preciso y oportuno, y las pruebas de laboratorio que pocos de ellos llegaron a realizarse no les sirvió de nada, porque o no hubo un diagnóstico adecuado, o los resultados obtenidos no eran los esperados por el paciente o por el médico.

El diagnóstico siempre tiene un impacto emocional en el paciente. Por ejemplo el diagnóstico de un cáncer genera alteraciones de tipo conductual que motiva cambios en la calidad de vida: nada vuelve a ser igual después del diagnóstico, porque generalmente significa la muerte, desde ese momento la vida del paciente no volverá a ser igual<sup>360</sup>.

Como en este tipo de padecimiento no existe un diagnóstico, no existen pautas de comportamiento significativas al respecto. Solo uno de los entrevistados habló sobre el diagnóstico:

El diagnóstico de amigdalitis crónica no es nada trágico, puedes seguir viviendo normalmente y sabes que no te vas a morir, para mi no resultó trágico, hay personas que lo padecen y ni siquiera lo saben, cosa que es lo mas común<sup>361</sup>.

<sup>359</sup> Galguera, (1994). Citado en Carrillo Ferrari Imelda. Tesis de licenciatura *Influencia del diagnóstico en la actitud de los padres de niños Dawn*. UNAM, Iztacala, 1994.

<sup>360</sup> Calderón, B, M. Me siento como calabaza hueca: efectos psicosociales en las mujeres con cáncer cérvico uterino. Tesis Maestría. UNAM, Facultad de psicología. México, 2000.

<sup>361</sup> Ver entrevista: "La quejumbrosa".

Así van y vienen los pacientes, sin un diagnóstico y sin un tratamiento adecuado, eso es un factor en el que se podría trabajar para mejorar las condiciones en los servicios de salud para recibir una mejor atención, pero existen factores que escapan a nuestro control, como lo es el aire, así con la ligereza que lo hace ir y venir, no lo podemos controlar de manera considerable.

Ahora, cada que inhalamos y exhalamos el aire abrimos una compuerta para que accedan a nuestro cuerpo microbios, bacterias o virus que son imperceptibles al ojo humano. Por ello, la respiración en sí misma podría considerarse un factor de riesgo para enfermarse de amigdalitis, y por supuesto que no podemos dejar de hacerlo para disminuir el riesgo de respirar un aire tóxico, por lo que éste se ha convertido en un problema no solo de salud, sino social. Sobre todo si se vive en una de las zonas mas contaminadas, como lo es el distrito Federal y la zona Norte y Oriente del área metropolitana, donde la incontrolable explosión demográfica, el número de vehículos automotores es cada vez mayor y el asentamiento de fabricas es irregular, da como resultado un aire tan contaminado que es casi irrespirable.

“Si nosotros creyéramos en los milagros, diríamos que la vida en México es la obra de un poder sobrenatural, es decir, que vivimos de milagro”<sup>362</sup>.

Lo que se decía en el siglo XIX no dista mucho de la realidad en la que vivimos hoy. Bacterias y virus con inyectados en la atmósfera por medio de la acción ejercida por el viento y la lluvia sobre el suelo, el agua y las plantas, además de sobre las fuentes de origen humano.

De forma accidental se pueden encontrar gérmenes que proceden de las vías respiratorias superiores del hombre, como *estafilococos*, *estreptococos*, *bacilos diftéricos*, virus de la gripe, entre otros<sup>363</sup>.

Entonces en ocasiones nuestros cuerpos generan resistencia al medio ambiente, otros pueden llegar a ser mas susceptibles. Por lo que el aire podría

---

<sup>362</sup> “Salubridad”, en *El Diario español*, 28 de diciembre de 1888. Citado en: Novelo, V. (coord.), *Etnografía de la vida cotidiana.*, México, Porrúa, 2000. López Ramos, S . Notas para la historia del aire.

<sup>363</sup> Peñuelas, J., *El aire de la vida*, Barcelona, Editorial Ariel, 1993.

considerarse un factor predisponente, mas no determinante en el desarrollo de una enfermedad en las vías respiratorias altas.

Si buscamos otro tipo de factores de riesgo, encontramos el consumo del tabaco, aunque solo la 5ª parte de los individuos que fueron entrevistados dijo haber fumado en algún momento de su vida o como hábito, aunque el ser fumador pasivo también tiene consecuencias. Y respirar un aire que contenga alquitrán seguramente tiene un efecto en nuestras vías respiratorias.

En el siglo XIX quienes tenían recursos económicos, no podían solucionar el problema del aire contaminado, pero si podían escapar de él, por lo que los fines de semana se iban a sus fincas que estaban por los rumbos de Mixcoac y Tacubaya<sup>364</sup>.

Actualmente no podríamos hacer lo mismo, ya que la mancha urbana ha llegado hasta esas zonas, tendríamos que huir mas lejos, y eso solo lo hacen los adinerados, no la mayor parte de la gente.

Ahora, hay quien relaciona la amigdalitis crónica con el hacinamiento, el nivel socioeconómico<sup>365</sup> y la desnutrición<sup>366</sup>. Sin embargo los sujetos entrevistados pertenecen a un nivel socioeconómico medio, prueba de esto es que el 76% cuenta con una vivienda propia, donde el número de personas que habitan en el hogar no es mayor a 7, por lo que queda descartada la hipótesis planteada por varios autores.

Si hablamos de composición familiar, existen diversas fuentes que señalan una diferencia entre el desarrollo emocional o psicológico de hijos de familias monoparentales (donde un solo progenitor interactúa con los hijos, esta estructura familiar se puede producir por factores como el divorcio, separación o viudez) o biparentales (familia considerada tradicional, donde ambos cónyuges interactúan con los hijos), donde se asegura que los hijos de familias donde su estructura familiar es monoparental son mas vulnerables a ciertos eventos, como el

---

<sup>364</sup> López Ramos, S., *Historia del aire y otros olores en la ciudad de México (1840-1900)*., México, CEAPAC-Porrúa, 2002, p.p. 152.

<sup>365</sup>Pracy, R., Siegler, J., Stell, P.M., *Otorrinolaringología elemental*., México, Limusa, 1981.p.p. 183.

<sup>366</sup> Chimal Olvera, S., *Microbiología de amigdalitis crónica*., Tesis de Postgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1992.

desarrollo de determinadas afecciones físicas o psicológicas<sup>367</sup>. En lo que a la amigdalitis se refiere, parece no ser así ya que el 60% de los entrevistados pertenecía a familias biparentales y fue criado, vivía o vive con ambos padres. Es evidente que el hecho de tener a ambos padres o vivir con ellos no es necesariamente garantía de una vida plena, feliz o siquiera libre de enfermedades.

Es en frío invierno es cuando aumentan las consultas por infecciones respiratorias agudas, ocasionando un incremento del 9.9% al 30% en las consultas médicas.

Chimal Olvera<sup>368</sup> afirma que la amigdalitis se presenta sin predominio de sexo, se relaciona con climas fríos y cambios bruscos de temperatura,, al igual que en lugares contaminados.

Los resultados obtenidos de las entrevistas muestran que aunque un padecimiento que es crónico se presenta constantemente, sí se agudiza en el periodo invernal, la contaminación y los cambios de temperatura, pues los mismos sujetos logran identificarlo y hacen referencia a ello cuando se les preguntó el porque creían que se enfermaban.

cuando hay mas contaminación, cambia el ambiente, o que me voy a un lugar donde estoy en una temperatura y entro a otra, es cuando me afecta<sup>369</sup>

*se enfermaba mucho de la garganta por la contaminación*<sup>370</sup>

Porque también hay mucha contaminación y también eso afecta<sup>371</sup>

yo pensé que era al clima de acá, porque llegamos en diciembre y yo pensé que era el frío,<sup>372</sup>

El sistema inmunológico alerta para combatir cualquier enfermedad no es posesión de los enfermos de amigdalitis, pues “el tejido linfático de las amígdalas en un factor importante en la producción de inmunoglobulinas y linfocitos T”<sup>373</sup>. Las amígdalas desempeñan un papel importante en

<sup>367</sup> Luna, Piñuela y Martínez Gutiérrez. *Patrones De Crianza Y Familia*. Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2000. Capítulo 3.

<sup>368</sup> *Op. Cit.* p.p. 14

<sup>369</sup> Ver entrevista: “*Falta de cariño*”.

<sup>370</sup> Ver entrevista: “*El cariñoso*”.

<sup>371</sup> Ver entrevista “*Hija única*”.

<sup>372</sup> Ver entrevista: “*La imperdonable*”.

<sup>373</sup> Zepeda López, E., *Alteraciones inmunológicas en amigdalitis crónicas y postamigdalectomía.*, Tesis de Posgrado, UNAM, Facultad de Medicina.

comuni3n con el sistema inmunol3gico, pues todos los linfocitos que llegan de la sangre penetran en las am3gdalas, es un centro de inmunocitos productores de IgM, centrocitos, inmunogloblastos y c3lulas plasm3ticas<sup>374</sup>.

As3 que no solo los factores ambientales desempe1an papeles importantes en el proceso de construcci3n de una enfermedad, pero esta es multicausal.

La amigdalitis no respeta sexo, edad, posici3n econ3mica, ni escolaridad. Aunque la gente supone que es una enfermedad de la infancia<sup>375</sup>, los datos obtenidos indican que no es as3.

La entrevistada de menor edad ten3a 9 a1os (teniendo en consideraci3n que no se pod3an entrevistar ni1os mas peque1os debido a que a1n no tienen una espacio-temporalidad bien definida que les permita hacer un recuento de una enfermedad) y la mayor fue de 51, con un promedio de 28.9 a1os, dato que nos hace ver que j3venes y mayores tambi3n son susceptibles a esta enfermedad<sup>376</sup>.

Estos son algunos de los factores que contribuyen a la formaci3n de un proceso de enfermedad.

Como podemos notar, hay algunos que escapan a la medicina al3pata, o si se llegan a observar, no se relacionan con la enfermedad. Por eso se hace necesaria una lectura diferente, una explicaci3n desde otra l3gica, desde una visi3n no fragmentada de lo corporal, puesto que la alopat3a no contempla la etiolog3a de las emociones (salvo pocos estudios recientes), mas bien, hay un predominio sobre el aspecto fisiol3gico.

Nuestra sociedad ha creado completamente campos nuevos de males m3dicos y la ayuda que no reclamaba hace algunas d3cadas, ahora se exige, siendo la medicina al3pata incapaz de cubrir la demanda social.

---

<sup>374</sup> Chimal, O. *Op. cit.* p.p. 8.

<sup>136</sup> Pracy, R., Siegler, J., Stell, P.M., *O3dos, nariz y garganta.*, M3xico, CECSA, 1978. Afirma que la amigdalitis aguda ocurre con mas frecuencia alrededor de la edad de 5 a1os y con un segundo pico a la edad de los 10 a1os.

<sup>376</sup> Para mayor informaci3n V3ase el Anexo 2 donde se muestra mediante gr3ficos estos y m3s datos.

¿Dónde encontrar una solución? El hombre ha ido a la luna y ha bajado a las profundidades marinas, pero no ha podido resolver los problemas elementales de la humanidad, entre ellos las enfermedades. Solo ha hecho uso de la medicina remedial, en vez de la preventiva, vivimos en una sociedad analgésica, donde el dolor se evita a costo de todo, pero los males subsisten.

El personal encargado de salud necesita una nueva directriz que se adapte al nivel de conocimiento actual, lo que no significa que los conocimientos anteriores son falso, no, estos tuvieron su uso, pero hoy se necesita un cambio.

¿Será posible encontrar una relación órgano–emoción (o viceversa) en el proceso de construcción de una enfermedad? Desde la medicina alópata no, pero si volteamos a mirar a oriente podemos encontrar una lectura diferente del cuerpo y la etiología de las enfermedades.

Desde luego que una lectura así requiere un gran esfuerzo, pues la manera de ver el cuerpo, diagnosticarlo y tratarlo es completamente diferente a lo que solemos estar acostumbrados, en resumen, es una epistemología diferente, donde al ser humano se le concibe como parte del cosmos o universo, donde todo lo que hace, piensa y vive tiene una estrecha relación con el proceso salud-enfermedad, ya que el cuerpo es donde se articula la mente, cuerpo y espíritu.

Para ello podemos hacer uso de la Medicina Tradicional China (MTCH) que se basa en la observación física del mundo, en una cosmología, un intento de entender la vida y el universo<sup>377</sup>,.

Así es como surgen las relaciones entre los cinco sonidos, los cinco sabores, los cinco colores, los órganos de los sentidos, los órganos internos y las emociones. Donde cada elemento esta asociado con un grupo de órganos, los cuales forman un todo integrado. Así, si todos los elementos trabajan de manera óptima, no aparecerá ningún síntoma. Incluso en la

---

<sup>377</sup> Si desea información mas detallada sobre la Medicina Tradicional China, véase: García A, J. *La Medicina Tradicional China: una alternativa en el campo de la psicología y la salud*. Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2001.



antigua china, los doctores no recibían su paga si los pacientes bajo su cuidado se enfermaban. En trabajo de un médico consistía en mantener a sus pacientes sanos y los facultativos veían a las enfermedades como un desequilibrio, por lo que su objetivo era devolver un mayor grado de equilibrio al cuerpo.

Investigaciones recientes han revelado que las emociones positivas hacen que el cuerpo produzca sustancias que son idénticas a los ingredientes contenidos en las drogas farmacéuticas que ayudan a la gente a sentirse bien. Por ejemplo cuando alguien se siente en paz y tranquilidad, su cuerpo produce moléculas idénticas a las del Valium, mientras que si se siente feliz, su cuerpo produce Interleuken-2, una potente droga anticancerígena. Por el contrario, otro estudio analizó los efectos del enojo crónico en mujeres durante un periodo de 18 años. Las mujeres que habían respondido con signos obvios de enojo reprimido y duradero tuvieron tres veces mas probabilidad de morir que las mujeres que no albergaron tales sentimientos<sup>378</sup>.

Aunque estos descubrimientos son recientes, los chinos ya lo habían descrito hace mucho tiempo, pues ellos decían que cada elemento estaba asociado con un estado emocional concreto. Hacen una descripción completa mediante lo que denominaron Teoría de los cinco elementos o cinco transformaciones, donde a cada órgano le corresponde un meridiano (denominado así a los canales de energía que hacen funcionar al cuerpo y trasportan el ki o energía vital), una emoción, un sabor y un elemento de la naturaleza<sup>379</sup>.

Hablemos de la aflicción ,o tristeza, emoción que la mayor parte de los sujetos entrevistados dijo sentir como estado de ánimo la mayor parte del tiempo.

<sup>378</sup> Ivker S. R., *Cómo sobrevivir a los problemas respiratorios.*, México, Editorial Diana, 1999.  
<sup>379</sup>

<b>Emoción</b>	<b>Elemento</b>	<b>Órgano</b>	<b>Sabor</b>
Ira	Madera	Hígado/Vesícula Biliar	Agrio
Alegría	Fuego	Corazón/Intestino delgado	Amargo
Ansiedad	Tierra	Estómago/Bazo-Páncreas	Dulce
Tristeza	Metal	Pulmón/Intestino grueso	Picante
Miedo	Agua	Riñón/Vejiga	Salado

Todo el mundo sufre alguna vez tristeza, es parte necesaria del ser humano. Pero es importante que no nos aferremos a ella ya que según la MTCH puede afectar el meridiano que corresponde al pulmón y al Intestino grueso.

La medicina oriental dice que es por medio de la respiración que se toma la fuerza vital, por lo tanto los pulmones inspiran vida, entonces si no funcionan bien, la capacidad para inspirar vida esta disminuida. Como la sangre esta mal oxigenada y el CO<sub>2</sub> permanece en ella, donde se forma un buen caldo de cultivo para resfriados, virus, y microorganismos.

Por lo tanto las personas que tienen problemas relacionados con los órganos respiratorios (nariz, garganta y pulmones) son muy propensos a padecer resfriados. Al respirar también se elimina la tensión y si no se respira bien se acumula la tensión sobre todo en los hombros, hace que las personas se sientan cansadas, produce tos seca, se pierde agudeza mental, se padece de depresión e hipersensibilidad, se pueden angustiar por pequeñeces y se sienten oprimidas y tienen dificultad para expresar el amor<sup>380</sup>.

Ahora bien, los sujetos entrevistados efectivamente poseen esas características. Se enferman con regularidad y tienen problemas de tipo personal, para ser mas exactos de pareja. Dos terceras partes del total de los entrevistados dijo tener dificultades en este ámbito, lo que sugiere que se debe a lo antes mencionado.

El Intestino grueso y los pulmones son los órganos asociados con el dolor y la aflicción, la persona –según dice la MTCH- tenderá a aferrarse a la aflicción y a la tristeza y a las experiencias relacionadas con esta.

Por lo tanto cuando el Intestino grueso está débil, se pierde la determinación y el valor. Podríamos hablar de personas poco perseverantes y poco tolerantes a la frustración que abandonan sus proyectos fácilmente.

Catorce de los veinticinco entrevistados reportó tener proyectos o planes inconclusos, como un negocio, la escuela, un titulo, una relación de pareja, muy

---

<sup>380</sup> Ohashi Wataru., *Cómo leer el cuerpo. Manual de diagnosis oriental*, España, Ediciones Urano, 1995.

probablemente se debe a la debilidad del Intestino grueso que impide tener determinación para concluir lo que empiezan. La indecisión es parte de sus vidas.

Alcaráz González dice al respecto: “para no equivocarse, la persona no toma decisiones (*es decir, las personas indecisas*) lo que producen es inactivar los linfocitos T, desencadenándose así una inmunosupresión que provoca: baja del sistema inmune y aumento de las enfermedades infecciosas, desarrollo de procesos cancerígenos y aumento de enfermedades auto inmunes”<sup>381</sup>.

Aquí se logra ver claramente que cuando las amígdalas son sanas, producen linfocitos T, cuando un sujeto enferma se amigdalitis se inactivan y se vuelve mas vulnerable a cualquier otra enfermedad, además de que puede producir personas indecisas y sin determinación. O puede ocurrir lo contrario, una persona que tiene una baja en sus sistema inmune es mas factible que adquiera una amigdalitis.

Por otra parte un Intestino grueso con exceso de energía produce dolores de cabeza, mareo, amigdalitis, debido a que el exceso de energía no puede ser eliminada, se sube, enviando la energía a los pulmones, garganta y nariz. Lo que se asocia con insatisfacción continua, depresión, aislamiento, resentimiento y recuerdos negativos. Sentimientos que a lo largo de todas las entrevistas se ponen de manifiesto en mayor o menor grado, la mayoría cedió a las lágrimas en el transcurso de las entrevistas, hombres y mujeres por igual, esto cuando comenzaban a hablar de alguien con quien tenían algún rencor, al recordar su infancia o algún otro evento desagradable, al cual se aferran y no dejan que pase.

Sea como fuere, es innegable la relación existente entre un órgano y una emoción. A lo que llegamos es que una emoción contenida o no expresada sea guardada por el sujeto y luego entonces el órgano se vea afectada. O puede ocurrir que un órgano quede afectado por un factor externo (no emocional) produciendo un estado emocional determinado.

De toda la muestra, solo 8 de ellos iniciaron su enfermedad por un factor externo que dañó directamente al órgano, mientras que 17 comenzaron con una

---

<sup>381</sup> Alcaráz González, J. R, Creencias y procesos psicósomáticos en: *Lo corporal y lo psicósomático. Reflexiones y aproximaciones III.*, López Ramos S (coord.) México. CEAPAC Ediciones, 2003.

emoción (tristeza y posteriormente ésta se convirtió en ira [10] o viceversa [9]) que generalmente no ha sido expresada, es una emoción contenida que se convierte en un síntoma orgánico.

Bajo esta óptica la afección de un órgano afecta a otro, pues el cuerpo es un todo relacionado. Dieciséis de los entrevistados reportaron tener otro tipo de padecimientos entre los que destacan gastritis, diversos problemas de piel, depresión, presión arterial alta y problemas renales.

Estos padecimientos van mermando la calidad de vida de los individuos, buscan soluciones pero generalmente no las encuentran, prefieren dejarlo al tiempo. Aprenden a vivir con su enfermedad, su cuerpo se adapta a ella.

Ya se mencionó que los alimentos refinados (sobre todo los azúcares) producen ácidos en la boca y en la sangre. Una sangre rica en ácidos, favorece la presencia de muchos virus y resfriados. Esto viene a colación ya que se les preguntó cual era su sabor favorito y en respuesta la mayoría dijeron que era el sabor dulce, preferían un alimento de este sabor a otro, solo 3 prefirieren el picante, mientras que tan solo 2 el salado, lo cual también cobra sentido en el sentido de la propensión a enfermarse.

De igual modo la MTCH dice que si un niño tiene conflictos y su infancia es dolorosa, se sentirá atraído a las sustancias como el azúcar, los refrescos, las harinas refinadas, para evadirse de la realidad y alentar una existencia de fantasía que compense las dificultades y el sufrimiento en el entorno inmediato<sup>382</sup>.

Suena bastante lógico, pues la mayoría describía su infancia como triste, traumática, carente de afectos e incluso horrible, llena de malos y amargos recuerdos, quizá para compensar esa 'amargura' de su vida, ingieren en exceso alimentos dulces.

La amigdalitis se presenta sin predominio de sexo, pero el 60% de las entrevistas pertenecen a mujeres con sintomatología y tratamientos no presentan mayor diferencia a la de los hombres, salvo por la presencia de la menstruación, que fue muy evidente en las siguientes declaraciones:

---

<sup>382</sup> Ohashi, W. *Op. Cit.*

el día que me bajaba mi regla, ese día me enfermaba de la gripe, pero ya antes me estaba doliendo de la garganta. O sea me enfermaba de la garganta, al siguiente día me enfermaba de la gripe y me bajaba mi regla<sup>383</sup>

cada vez que estoy con actividad de la menstruación, siento que me bajan las defensas, yo le achaco eso, porque que casualidad que estando menstruando, luego uno se siente fatal, y te enfermes, como que te bajan todas tus defensas<sup>384</sup>

Lo que marca una pauta para analizar e indagar más en este factor, pues casi todas (excepto 2) manifiestan tener un flujo abundante (de hasta 10 días) y sentirse débiles y mas propensas a enfermarse.

Recordemos que la sangre y el sistema inmunológico dependen en gran medida de la información que las amígdalas les mandan, por ello si las amígdalas no funcionan de manera óptima, los procesos que tienen que ver con desechos sanguíneos están desequilibrados no solo presentando flujo abundante, sino que en ocasiones irregular.

De ahí que dos órganos tan pequeños como lo son las amígdalas tengan tanta importancia en nuestra salud, pues son un sensor que nuestro maravilloso cuerpo posee y lamentablemente ignorado por la mayoría de la gente, llegando incluso a la extirpación para supuestamente ‘evitarse mayores problemas’, muchos médicos incluso recomiendan este tipo de cirugía. Existe una tendencia al mal uso y abuso de la amigdalectomía. Paradise y colaboradores (citado en Kunkar Kafatti) sugieren que menos del 10% de estos procedimientos quirúrgico pueden ser justificados, ya que las amígdalas junto con las adenoides son importantes para mecanismos inmunológicos, pues suplen al sistema inmunológico de información que ya están en estrecho contacto con el medio ambiente<sup>385</sup>.

Lo hacen, ignorando los efectos secundarios que produce en el cuerpo, en la persona y en todo su ser.

Al final, en el Apéndice 4 encuentra un cuadro con toda la información aquí vertida para una mayor comprensión. podrá entender el proceso de enfermedad de cada uno de los entrevistados.

---

<sup>383</sup> Ver entrevista: “*La afligida*”.

<sup>384</sup> Ver entrevista: “*La solitaria*”.

<sup>385</sup> Kunkar Kafatti, O. *Indicaciones de amigdalectomía y adenoidectomía.*, Tesis de Posgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1990.

### 3.5 Conclusiones

En la medicina alópata a la amigdalitis crónica se le conoce como una inflamación persistente de las amígdalas tras una infección aguda recurrente, se le considera como el resultado de la pérdida del equilibrio normal entre la amígdala y sus gérmenes huéspedes.

Este padecimiento posee determinadas características o sintomatología en particular, como lo son dolores faríngeos , episodios febriles, malestar en general, astenia y dolores articulares, el dolor en la garganta es el síntoma predominante de la amigdalitis y la disfagia puede ser de intensidad suficiente para limitar la ingestión tanto de comida como de líquidos, se presenta mal sabor y mal aliento<sup>386</sup>.

Desde una perspectiva diferente y debido a las entrevistas que se llevaron a cabo se puede decir que la amigdalitis crónica tiene otro proceso, un proceso que se relaciona con la familia, las emociones, el tipo de alimentación, el aire que se respira. Y en el proceso de la construcción de una enfermedad implica un diagnóstico, un tratamiento y un efecto o consecuencia tanto en el síntoma como en la vida personal de quien la padece, que termina por repercutir en la imagen corporal o la forma en que se percibe el cuerpo y la persona en general, por tanto en la actitud que se tiene hacia la vida.

El cuerpo se ha constituido en un blanco de racionalización moderna, pues se convierte en el objeto del poder y el saber. El hombre en su afán por conocer la realidad, construye explicaciones. Hay muchos trabajos y teorías que intentan explicar o interpretar la realidad de una manera diferente.

Por ejemplo está la medicina Psicosomática que intenta integrar los aspectos biológicos, psicológicos, interpersonales y sociales de la vida del paciente, en un enlace etiológico entre la realidad interna (como emoción y conflictos) y externa (signos somáticos y síntomas), o la Psiconeuroinmunología,

---

<sup>386</sup> Para ver con mayor detalle como se concibe la amigdalitis crónica desde la perspectiva alópata remítase al Capítulo 1.

que pretende explicar el origen de las enfermedades mediante reacciones químicas cerebrales.

La lectura del cuerpo (forma de ver los síntomas, diagnóstico, y tratamiento) que ha hecho la medicina alópata hasta hoy resulta insuficiente a la demanda de nuestra sociedad. La aportación del modelo biomédico a la medicina en general ha sido enorme, pero hoy ya esta incompleto.

Ahora bien, necesitamos de una explicación que de cuenta del porque se produce una enfermedad como esta. La medicina alópata ya no puede darnos otras explicaciones, ante una enfermedad como la amigdalitis crónica, su interpretación ha sido insuficiente. La evidencia es que éste no es un padecimiento nuevo, pero tiende a aumentar, tanto en frecuencia como en intensidad, y ni los antibióticos mas recientes resultan eficaces. Los individuos que la padecen se consideran tan poco como enfermos que ya ni consultan a un médico o debido a que cuando lo hicieron no obtuvieron el resultado deseado, el que esta sea una costumbre no disminuye el valor patológico del síntoma, solo porque no signifique la muerte en poco tiempo (como en el caso del cáncer o el SIDA) no significa que no sea importante.

El hecho de observar a personas con toda una vida padeciendo un mal (hasta oír 51 años) resulta verdaderamente desconsolador en una sociedad donde lo que busca no encuentra, desde la paz mundial hasta la salud personal.

Existe una verdadera preocupación por el aumento desmedido de todo tipo de enfermedad, por ello se trata de formar médicos que respondan a las demandas y expectativas de la salud de la población mexicana, se les da una formación súper especializada de alto nivel, ¿el resultado? Lo palpamos, o mas bien lo vivimos todos los días, o basta con acudir a un servicio de salud pública para saberlo.

En México se hacen grandes esfuerzos, ya que el 90% de los fallecimientos por Infecciones Respiratorias Agudas ocuparon el primer lugar como causa de muerte en menores de un año.

Actualmente existe la especialidad de Otorrinolaringología (incluida como especialidad en los estudios de posgrado de la Facultad de Medicina en 1971) con

la duración de 4 años de estudios. Donde se observa, diagnostica, se proporciona tratamiento, se realizan cirugías con relación en este campo. Donde en el área de preparación básica no se incluye el estudio de las amígdalas ni su importancia en el cuerpo. Solo en las destrezas requeridas, se solicitan 20 ejecuciones de amigdalectomía palatina para aprobar el curso, no habiendo mas al respecto<sup>387</sup>.

Lo que queda por hacer ante una explicación y una práctica que se queda corta con una problemática como esta es buscar otro tipo de modelo o teoría que nos de cuenta de la realidad en que vivimos.

Cuando observamos al cuerpo mas que un hecho biológico o el lugar donde se manifiestan síntomas físicos, mas bien como parte de un proceso donde los problemas filosóficos y sociales se juntan, cuando vemos los contornos de la geografía, a las instituciones sociales y del significado cultural trazados a lo largo de la superficie corporal, podremos entenderlo, explicarlo y por ende, curarlo.

¿Por qué verlo de ese modo? Porque un cuerpo dividido, donde las emociones y sentimientos han sido ignorados es un cuerpo enfermo.

Por otro lado, esta la Medicina Tradicional china que tiene una explicación de las enfermedades, tratamiento y diagnóstico diferente a la medicina occidental, pues relaciona los órganos del cuerpo con las emociones<sup>388</sup>.

Esto, aunque ya dicho hace miles de años, científicos empiezan a interesarse y buscan una explicación que les satisfaga y se ha llegado a la conclusión de que algunos estados de conciencia y emociones son capaces de modificar las funciones de órganos y sistemas que en algunos casos resultan paliativos, e incluso curativos<sup>389</sup>.

---

<sup>387</sup> Plan único de especializaciones médicas. Otorrinolaringología. México D.F. 2003. Facultad de Medicina, UNAM. División de estudios de Posgrado e Investigación o subdivisión de especializaciones médicas. Plan de estudios aprobado por el Consejo Universitario el 21 de Abril de 1994.

<sup>388</sup> Existen muchos libros donde se explica la base filosófica y técnica de la MTCH, pero si desea consultar cual es su relación con la psicología, se puede analizar García A, J. *La Medicina Tradicional China: una alternativa en el campo de la psicología y la salud*. Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2001.

<sup>389</sup> Díaz, J., *Psicobiología y conducta. Rutas de indagación.*, México, Fondo de Cultura Económica, 1989.



El que una emoción pueda cambiar un proceso fisiológico o viceversa ya es un hecho.

El encontrar que sí existe una emoción que se presenta como una constante en los pacientes con amigdalitis crónica y qué efectos tiene en su cuerpo nos da la posibilidad de modificarlo o reaprenderlo.

Una tristeza prolongada puede producir rabia, ira, coraje, y puede pasar el tiempo, la emoción quedará guardada y el síntoma se hará presente: garganta adolorida, amígdalas inflamadas, quizá infectadas, malestar general, es lo que produce.

“El lugar del cuerpo donde puede expresarse el lenguaje verbal es la garganta; esta se encuentra en el cuello, es el punto de articulación entre la cabeza y el cuerpo. La garganta es entonces el punto de articulación entre el cuerpo y a mente, el lugar de la expresión verbal del cuerpo en general. De la forma que podemos concebir a la garganta como un puente físico y simbólico entre la cabeza y el corazón”<sup>390</sup>

Por ello una emoción contenida, un reclamo no dicho, una ira reprimida, inflaman las amígdalas, impide el habla, el síntoma impide que se realice la acción que en realidad no se quiere hacer o se duda de llevarla a cabo, se muestra indecisión entre el decir y no decir, el querer ser escuchado, pero no de ese modo.

Una enfermedad a simple vista sin mayor trascendencia, aquí cobra todo el valor del tiempo invertido en este trabajo, porque si la tendencia social sigue como hasta ahora, irá en aumento este tipo de enfermedad debido a que no existe una educación emocional, no sabemos que hacer con la tristeza y la ira, ambos son sentimientos naturales que si no se controlan desencadenan un caos en el cuerpo.

Tenemos que cambiar de actitud ante esta circunstancia, el objetivo es el equilibrio, no la represión, la represión siempre tiene sus repercusiones... nos enfermamos, por ello solo hay que dejarlas pasar y no guardarlas en el cuerpo o permitir que estas se nos incrusten o adquieran a él.

Y las consecuencias de no atender esta situación varían en cada organismo, sin embargo una amigdalitis crónica no tratada puede traer

---

<sup>390</sup> Durán, A. N. *Cuerpo, razón e intuición.*, México, CEAPAC Ediciones, 2004.

complicaciones físicas y desencadenar una fiebre reumática, glomerulonefritis, miocarditis reumática o fiebre escarlatina. Y cuando el riñón es afectado, la muerte asecha, pues este órgano no produce síntomas hasta que esta considerablemente dañado. Estudios indican que casi el 10% de pacientes amigdalíticos son portadores del los estreptococos que causan infecciones renales<sup>391</sup>.

La importancia de las amígdalas rebasa a la que la mayoría conoce o se imagina . Y como son dos órganos pequeños de tejido linfoide que no se observan a primera vista, no les prestamos ni la atención ni el cuidado que se requieren.

El habla se vuelve cotidiana, cuando es el lenguaje verbal el que nos distingue de los animales. Los humanos estamos dotados de un instinto de charla, la capacidad de hablar es la que nos diferencia de entre los animales. Y es lamentable que cuando charlamos lo hacemos sobre trivialidades, porque el expresar una emoción es comunicar a los demás el sentir interno y a muchos eso no les gusta, se sienten invadidos, inseguros y mejor lo guardan, lo callan, la consecuencia es que una emoción no expresada necesariamente buscará salida.

A muchos adultos, sus padres no les enseñaron a expresar emociones y por lo tanto, estos adultos, ahora padres no les enseñan a sus hijos a expresarse emocionalmente, a decir lo que sienten, como resultado, cada vez infantes se enferman de amigdalitis, lo que hace que falten a la escuela y en ocasiones se las extirpen, pues actualmente es usual ese procedimiento quirúrgico. Por los efectos que la amigdalectomía tiene sobre el sistema inmunológico no es recomendable la ablación de las amígdalas, pues estas por su posición privilegiada y por el contacto que tienen con el exterior proporcional al sistema inmunológico el 90% de la información para combatir enfermedades.

Sabemos que hay factores que provocan una enfermedad, algunos los podemos evitar o modificar, otros no.

El aire que respiramos, por ejemplo, no podemos hacer mucho para modificarlo radicalmente en poco tiempo, y eso quizá agrave algunos síntomas.

---

<sup>391</sup> Para mayor información ver: Gutiérrez Avalos, I. *“La insuficiencia renal y su proceso psicológico”* Tesis de Licenciatura no impresa. UNAM, Facultad de Estudios superiores Iztacala, 2004. En el capítulo 1.

O la familia en la que nacimos no la podemos cambiar y esta, sabemos desempeña un papel importante en la formación de un concepto de salud-enfermedad, “familia y cuerpo humano son un binomio que no se puede disociar”<sup>392</sup>, aunque no existe una diferencia bien marcada entre los procesos corporales y los psicológicos existe una relación innegable entre ellos y prueba de ello son las declaraciones que hacen al respecto los sujetos entrevistados.

Es en la familia donde se nos enseña y por lo tanto aprendemos a enfrentar o evadir nuestros problemas, a expresar o reprimir nuestras emociones.

Pero se debe de tener en cuenta que la mayor parte de factores que producen una enfermedad si los podemos cambiar, como lo son la dieta, los dichos y no dichos familiares, y sobre todo dejar que lo que sentimos en el cuerpo, en el corazón, fluya y salga, se exprese. Ya que en el afán de ser cada vez seres mas cerebrales, racionales y cognitivos, dejamos a un lado el corazón y las emociones, las cuales al intentar salir se bloquean, hacen un nudo en la garganta y se quedan atrapadas en ese diminuto espacio.

De la garganta es donde se han emitido grandes discursos, canciones y declaraciones de amor y es de ese mismo lugar desde donde se profieren maldiciones y deseos homicidas.

No es justo que hagamos mal uso de este órgano tanpreciado, que aunque diminuto, indispensable para una vida sana.

Yo creo que por diminutas, a pocos les interesa, es indignante que no exista información al respecto, las fuentes están llenas de otras cosas, parece que a nadie o casi nadie le interesa, pues pese a haber hecho una extensa revisión bibliohemerográfica, incluso en el ciberespacio, no encontré alguna que hablara de la psicopatización de la amigdalitis.

Incluso la gente comúnmente no sabe que es amigdalitis, no sabe que posee un par de amígdalas, y menos saben en donde se encuentran, ya que al momento de hacer las entrevistas, los sujetos negaban tener “amigdalitis”, aunque

---

<sup>392</sup> López Ramos S., *Zen y cuerpo humano.*, México, CEAPAC-Verdehalago, 2000. p.p. 43. En este libro en el apartado Familia y cuerpo humano encontrará una explicación bastante clara sobre como la familia tiene una estrecha relación con la construcción de las enfermedades en el sujeto.

se enfermaban frecuentemente de 'la garganta', esto se debe a una falta de diagnóstico y pues sino se sabe que se tiene amígdalas, mucho menos se vana ocupar de cuidarlas.

El hecho es que la mayoría se preocupa de cuidar el cuerpo, si, pero el exterior, tener la cara bonito o una silueta perfecta es el ideal para la mayoría, se cree (porque se ha difundido esa idea) de que belleza es sinónimo de salud, entonces, lo que está expuesto a los otros es lo que se procura, el cuerpo es negocio, el mayor negocio, la gente gasta grandes sumas de dinero en verse mejor, o mas joven, mientras que descuidan su interior, ya que asumen, que como no se ve, no importa, y el interior del cuerpo no solo son órganos, tejidos o vísceras, son emociones y sentimientos que también se han descuidado o incluso ni siquiera se conocen.

Ya basta de echarle la culpa a todos o a todo por nuestra enfermedad, no es el frío, ni el calor, ni el aire, somos nosotros mismos. Pero si se sigue con esa actitud de evadir los problemas y no enfrentarlos, no se logrará avanzar, la garganta sufre, un reclamo no hecho, una tristeza, un odio, pueden comenzar solo doliendo o lastimando en el cuello, para terminar convirtiéndose en un cáncer o de menos una vida llena de desdicha.

Además si no expresamos determinada emoción, como por ejemplo la alegría, pronto dejaremos hasta de sentirla, y luego vienen todos los males mentales y físicos que son ya comunes en la vida adulta.

Y lo que se pretende no es solo aumentar el promedio de vida, sino que aumentar la calidad de vida, no en lo material, sino en todo aquello que no se ve, porque ya se pudo ver que ni el sexo, ni el nivel socioeconómico, religión, estado civil o escolaridad importan en la construcción de una enfermedad, como el significado que se le da a la vida y como se vive, siente y expresa o a partir de la percepción de su vivencia.

La enfermedad no es un acontecimiento que ocurra repentinamente y así desaparece, no, es un proceso de construcción de la cual cada individuo se apropia, así como cada persona tiene formas particulares de sentir, ver, oler, tocar

y saborear, se tiene una de enfermar. Este proceso se construye a lo largo de la vida, a través de lo vivido, enseñado y aprendido.

Es mas lo que podemos hacer que lo que no podemos hacer con respecto a nuestra salud, pues solo hace algunos años se decía que ‘se desconoc[ían] los mecanismos que desencadenan las enfermedades psicosomáticas y ha[bía] poco por hacer’<sup>393</sup>.

Hoy la realidad es otra, sabemos cuales son los eventos que hacen que un sujeto construya una enfermedad, tales como la familia, emociones, alimentación, aire que se respira, entre otras. Todos estos factores y otros mas se describen con detalle en los resultados, sin embargo estoy conciente de que existen otros factores que aún no alcanzo a percibir y que surgirán en otro momento, uno de ellos es la higiene bucal, este factor no fue contemplado en las entrevistas, sin embargo estudios recientes nos indican la importancia de poseer excelentes hábitos higiénicos para evitar la producción y reproducción de bacterias que posteriormente pasan a las amígdalas mediante la saliva.<sup>394</sup>

O por ejemplo la falta de personal capacitado dentro de las instituciones de salud, falta de material de laboratorio para hacer análisis clínicos y confirmar diagnósticos, ya que el sistema actual de salud de nuestro país no cuenta con los recursos necesarios, sobre todo si se trata de ‘un simple dolor de la garganta’.

Y supongo que deben existir otros elementos que sean importantes, pero hasta este momento con los recursos que se tuvieron, se logró encontrar muchos mas de los que nos imaginamos al inicio de esta investigación.

Por ello lo importante es actuar, dejar vivirlo con el cuerpo y expresarlo verbalmente. Varios sujetos que fueron entrevistados me comentaron que sintieron un gran alivio emocional y físico (por la reducción de sus síntomas de amigdalitis crónica) después de haber hablado y llorado durante la entrevista. Porque hablar libera, de ahí que cada vez mas personas recurran a psicólogos para ser escuchados, puesto que genera una sensación de tranquilidad y

---

<sup>393</sup> Montoya, S. *Somatización. Cuando la mente enferma al cuerpo.* <http://www.T1msn.com.mx/salud/medicinas/>

<sup>394</sup> *Muy interesante.* Año XXI. No. 5. Cuide su boca para evitar otras enfermedades. Por Enrique M. Coperías y Maricarmen López

bienestar, de ahí que surjan nuevas terapias como la narrativa, donde el sujeto únicamente habla, y en ese proceso va entendiendo el porque de sus percepciones, emociones y comportamiento.

Lyn Yutang dice: “solo charlando lograremos algún día el bendito estado de los ángeles”<sup>395</sup>.

Así que aunque somos cuerpo físico no olvidemos que somos seres espirituales, ya lo decía la Biblia hace casi 2000 años ‘si hay cuerpo físico, también lo hay espiritual’<sup>396</sup>.

---

<sup>395</sup> Lyn Yutang *La importancia de vivir.*, México, Editorial Sudamericana, 2001

<sup>396</sup> 1 Corintios 15:44.

## CONCLUSIONES

“Al terminar de leer una obra no somos los mismos que cuando comenzamos”

George Stainer

Debido a la existencia de la tecnología que hoy tenemos al alcance de la mano con la cual hace unas décadas atrás solo hubiéramos soñado, el hombre se ha llegado a sentir un ser dominante no solo sobre la faz de la tierra, sino del universo mismo. Ha desafiado retos inimaginables y ha logrado un gran desarrollo tecnológico que tuvo como objetivo acortar distancias para unir o acercar a la gente, la realidad es que las ha alejado.

Hace no mas de una década para platicar con un amigo se viajaba, procurando buscar la compañía de esa persona, se tenia frente a frente y se pasaba un largo rato charlando, era muy agradable. Hoy solo con prenderla computadora en la privacidad del hogar, sin tener que salir se acostumbra a ‘hablar’ con los ‘amigos’, el lenguaje verbal ha sido relegado a otro plano, cuando fue gracias a este que se crearon las grandes sociedades y ciudades.

El lenguaje verbal ha dejado de ser importante para muchos, y así como pudo crear imperios, la ausencia de este puede destruirlos. Ha empezado a destruir relaciones de pareja, familiares e incluso fraternales.

Tanto la ausencia del lenguaje como el mal uso de este tiene consecuencias desagradables, y la mayoría oscilan de un extremo a otro: habla demasiado, quizá hiriendo u ofendiendo a alguien, después ya no dice nada para evitarse problemas, o puede ser que una persona que suele expresarse de manera libre, reciba críticas de parte de los otros y entonces deja de hacerlo.

Ningún exceso es bueno, el equilibrio es lo correcto, sin embargo son pocos los hombres que lo encuentran.

Indagar en un campo donde pocos se han atrevido a atisbar siquiera no resulta sencillo, pero resulta prometedor, así ocurrió con esta investigación, poca información te permite indagar en lugares insospechados, y vaya que la mente humana tiene un campo ilimitado y el cuerpo también. Aunque la mayoría trabaja

este último con finalidades estéticas, pues es lo primero que se ve, vender y cuidar cuerpo es un negocio rentable.

Ahora, buscar un trabajo con el cuerpo que sea diferente al habitual no resulta sencillo al principio. Estamos acostumbrados a una lógica, a un método y a una forma de pensar cartesiana, ya que esta metodología es la que domina, o mas bien es la epistemología de todas las ciencias.

Actualmente esa lógica resulta insuficiente, al menos para las demandas de salud de la gente.

De hecho la Física (considerada como una de las madres de las ciencias) empezó a tener cambios radicales en su método y en sus esfuerzos por comprender esta nueva realidad, los científicos se dieron cuenta de que sus conceptos básicos su lenguaje y toda su manera de pensar tenía que cambiar sustancialmente.

Esto abre la posibilidad a un nuevo paradigma , donde el cuerpo, la mente, la salud y la enfermedad se les puede dar una lectura diferente.

Donde se puede ver a las enfermedades como un proceso, y con ese objetivo se comenzó este proyecto. Conocer cómo la amigdalitis crónica se construye como enfermedad psicosomática. Objetivo realmente muy ambiciosos, para lo cual se requirió de entrevistas a sujetos que tuvieran este padecimientos y nos narraran como ha sido su vida o la percepción de su vida y su enfermedad.

Así ocurrió, después de conocer la etiología, diagnóstico y tratamiento que se le da a este padecimiento desde el enfoque médico, habría que conocer los factores que podían influir o provocar una enfermedad como esta, factores no tomados en cuenta en la medicina.

Así se hizo y se logro, para ello, los datos obtenidos se clasificaron en 10 categorías principales con la finalidad de conocer eventos circunstancias o situaciones que produjeran un padecimiento, y se logró, además de encontrar un perfil psicológico (por llamarle de alguna manera) del paciente amigdalítico.

Factores que van desde el aire que se respira, los alimentos ricos en grasas que aumentan la acidez de la cavidad bucal, la percepción que se tiene de la vida familiar, las emociones que son expresadas y las que no lo son como: reclamos,



quejas, odios, tristezas; la percepción que se tiene del propio cuerpo y de la enfermedad en él, todo esto va marcando al cuerpo de cierto modo que van haciendo al cuerpo una especie de documento<sup>1</sup> donde cada uno de estos elementos se inscriben o escriben sobre él, lo que queda por hacer es aprender a leerlo o a descifrar sus mensajes.

Eso fue lo que se hizo a través del análisis de cada una de las entrevistas, lo que se dijo en éstas fue importante, tanto como lo que no se dijo, se evadió o prefirió no contestar, los gestos, el llanto, la forma de hablar también son datos importantes que no podemos descartar en una investigación de tipo cualitativo.

Los objetivos que se persiguieron a lo largo del trabajo de investigación se cubrieron de forma satisfactoria, incluso se rebasaron, porque la información obtenida por medio de las entrevistas fue tanta que se brindó la oportunidad de sacar elementos significativos que no se habían contemplado antes de comenzar con la investigación.

En ocasiones el esperar determinado resultado en una investigación antes de comenzarla, sesga los datos, al decir verdad, las expectativas personales al comenzar este proyecto eran pocas y por ende los resultados obtenidos fueron mas de los que siquiera imaginé cuando comencé.

Me alegra haber tenido el valor de escribir sobre un tema que nadie había escrito, a pesar de que es un mal que muchos padecen, o padecemos, tanto, que cae en lo cotidiano y se por ende se ignora. Creo que de observar la cotidianidad con detenimiento surgen grandes ideas.

Ya que para mi no es tan normal tener una enfermedad tan molesta y dolorosa como la amigdalitis crónica, por ello este trabajo es un alzar la voz y decir el sentir general de los amigdalíticos, me considero la portavoz de un diminuto órgano y me permito gritar, expresar y decir qué es lo que pienso, logrando así un alivio no solo para mi garganta, sino para mi espíritu.

A lo largo del a lectura de todo el trabajo, se oirá la voz de muchas personas que nunca antes lo habían hecho, y que por primera vez se dieron la

---

<sup>1</sup> López Ramos S. *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*. México, 2003, CEAPAC Ediciones.

oportunidad de decirlo, de sentirlo. En este trabajo encontrará verdidas las vidas de 25 personas, que tienen una lucha interna entre su cerebro y su corazón, pelea que se manifiesta en el punto intermedio entre los dos: la garganta.

Sin duda resultará placentera una lectura donde al irlo haciendo es como verse en un espejo, para darnos cuenta de qué clase de personas somos, lo importantes no solo es percatarnos de ello y al retirarnos del espejo, olvidar la clase de personas que somos, sino hacer algo para corregirlo.

Hacer algo no significa pensar mucho, elaborar teorías o modelos, sino trabajarlos con el cuerpo, y se irá reflejando en una actitud de vida diferente, porque no podemos cambiar el aire que respiramos o cambiar a la familia que tenemos, ni vamos a reprimir emociones, mas bien vamos a cambiar la actitud con la que vivimos la vida misma y no existe mejor medicina que esta.

## ANEXO 1 GUIÓN DE ENTREVISTA

### ÁREA 1: DATOS GENERALES

1. Nombre completo
2. Edad
3. Sexo
4. Estatura
5. Peso
6. Grupo sanguíneo
7. Estado civil
8. Domicilio completo
9. Tipo de vivienda: Casa propia Departamento – Piso, Concreto, madera,
10. Servicios con que cuenta: Agua, luz, drenaje, teléfono, correo, pavimentación, alcantarillado, etc.
11. Residencia anterior inmediata
12. Con quién vive
13. Lugar de origen y de los padres
14. Escolaridad
15. Tipo de trabajo que realiza: Empleo – Profesión – Oficio. Qué hace exactamente
16. Ingresos
17. Religión, si la practica y de quién la heredó
18. Descripción de un día normal [entre semana y fines de semana, cuando esta enfermo y cuando esta sano]
19. Qué le gusta, qué no le gusta hacer
20. Cómo se definiría
21. Persona de su familia que se le parezca emocionalmente y en qué sentido.

### ÁREA 2: ESTRUCTURA FAMILIAR:

22. Tipo de familia: Monoparental, biparental, extensa, nuclear, reconstruida, nido vacío, etc.
23. Personas que integran su familia (bajo su techo y en concepto)
24. Número de integrantes
25. Lugar que ocupa en la familia: Papá, mamá, hijo (a) , abuelo (a), otro.
26. Si es familia de procedencia: Número de hijo, lugar de residencia, tipo de familia, número de integrantes, quién lo crió y cómo.
27. Organización familiar
28. Cómo fue su infancia
29. Cómo ha sido su familia
30. Que recuerdos tiene de ella
31. Se sentía amado, aceptado en su familia,
32. Cómo se sentía en su familia.
33. Si hay algún integrante de su familia que tenga su padecimiento. Cómo es su sintomatología.
34. Cambios en la familia respecto de su padecimiento

- 35. Forma en que se han curado en su familia y cuáles han sido los resultados
- 36. A quién le comunica cuando se siente enfermo
- 37. Quién lo cuida
- 38. Cómo recibe su familia su padecimiento
- 39. Cómo lo tratan

\* Genograma

### ÁREA 3: ETIOLOGÍA DE SU PADECIMIENTO

- 40. Desde cuando se empezó a sentir mal
- 41. A qué le adjudica el origen de su padecimiento
- 42. Cuándo lo diagnosticaron [o cuando se dio cuenta que no era 'normal' lo que le pasaba]
- 43. Edad a la que lo diagnosticaron [o se dio cuenta]
- 44. A quien consultó y que tratamiento le dieron.
- 45. Cómo llevó acabo el tratamiento.
- 46. Que hizo cuando lo diagnosticaron
- 47. Que pensó ó sintió cuando lo diagnosticaron
- 48. Cómo era su padecimiento antes y como es ahora
- 49. Cómo se ha transformado
- 50. Cómo percibe su padecimiento: castigo, purificación, normal, le tiene harto, hereditario, lucha por quitarlo, refugio, salida para evitar algo, busca afecto, busca compañía, busca apoyo, etc.
- 51. Sintomatología original
- 52. Sintomatología actual
- 53. Alimentos que consumía antes
- 54. Alimentos que le recomiendan consumir
- 55. Alimentos que consume

### ÁREA 4: RELACIÓN ENTRE ÓRGANOS Y EMOCIONES

- 56. Emoción con mayor frecuencia antes del diagnostico, cuando sentía su enfermedad.
- 57. Emoción más frecuente luego del diagnostico
- 58. Emoción más frecuente actual
- 59. Forma en que se percibe
- 60. Cómo cree que le perciban los otros
- 61. Cómo son sus relaciones afectivas con los demás. Relaciones con los otros a partir de su diagnostico y cómo se sintió
- 62. Qué emoción cree que elicite el padecimiento y qué hace
- 63. Emociones o sensaciones relacionadas con su padecimiento. En qué lugar del cuerpo la siente más.
- 64. Qué órgano le molesta y cómo se lo trata
- 65. Con quién está más vinculado afectivamente.
- 66. Efectos del padecimiento que impiden hacer actividades normales y cómo se siente por ello.
- 67. Sueños y/o pesadillas recurrentes.

## ANEXO 2 GRÁFICAS

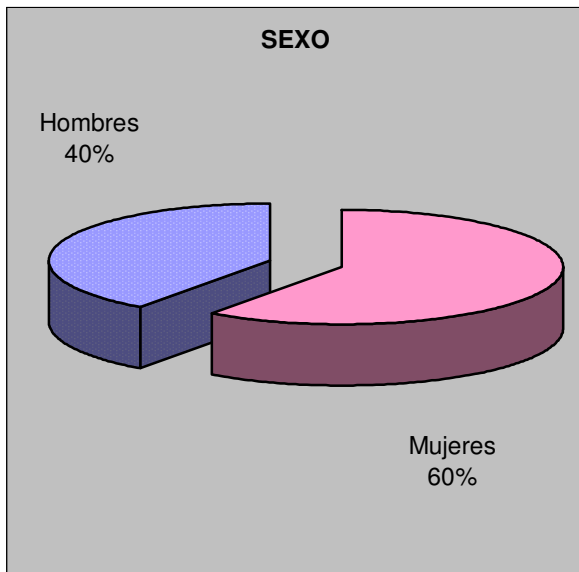


Figura 1.- Distribución porcentual del sexo de la población entrevistada.

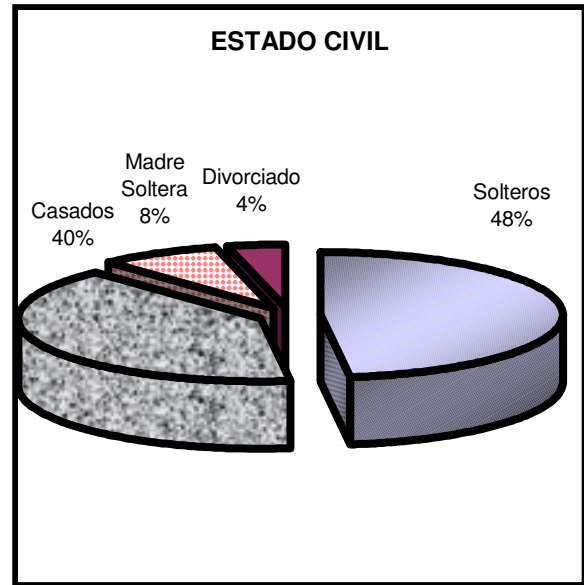


Figura 2.- Distribución porcentual del estado civil de la población entrevistada.

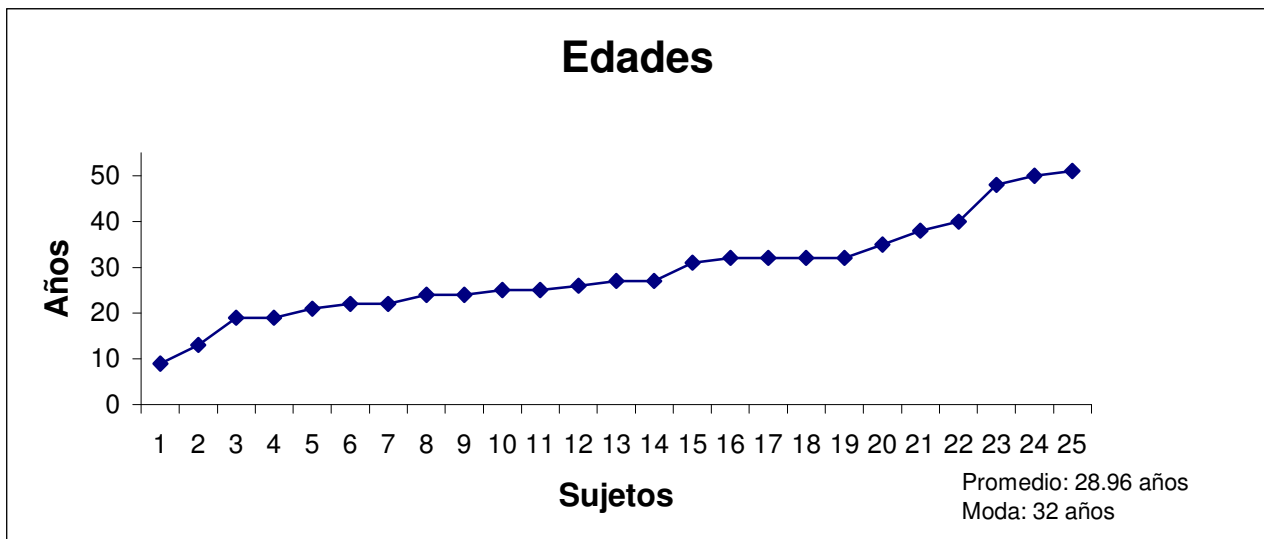


Figura 3.- Edades de la población entrevistada.

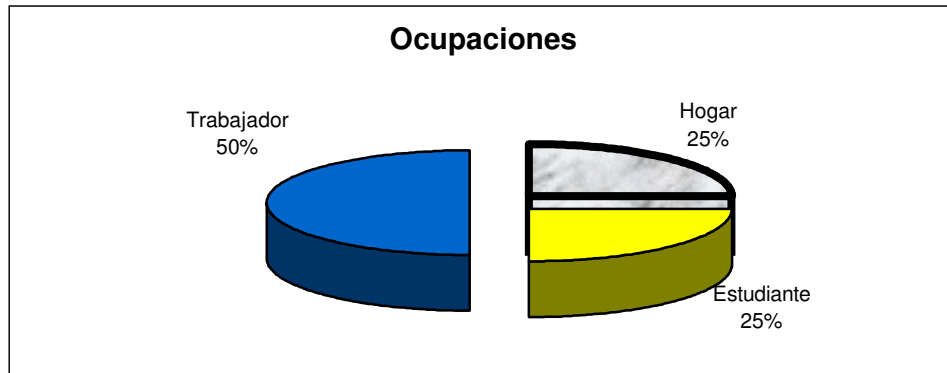


Figura 4.- Distribución porcentual de las ocupaciones de la población entrevistada.

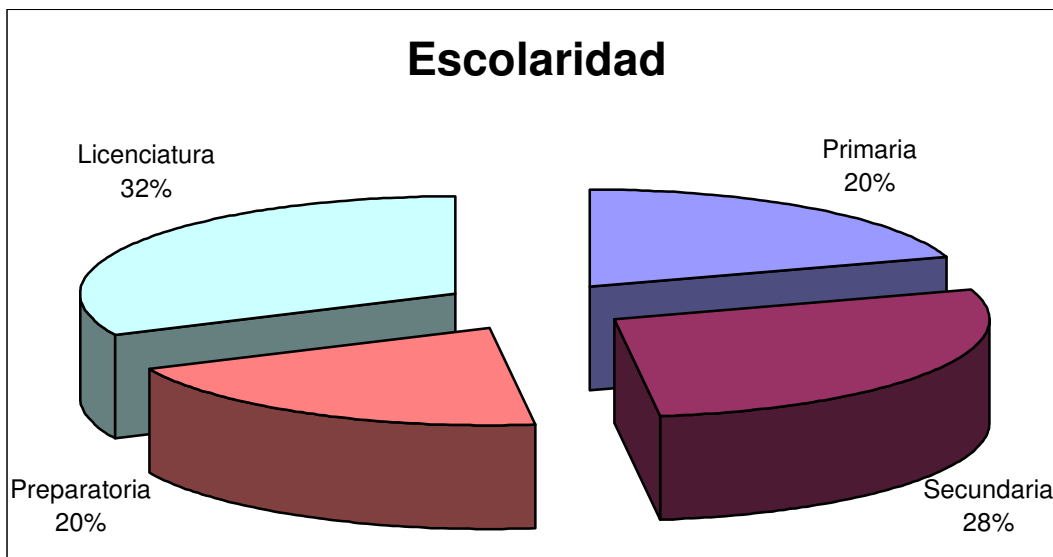


Figura 5.- Distribución porcentual de la escolaridad de los sujetos entrevistados.

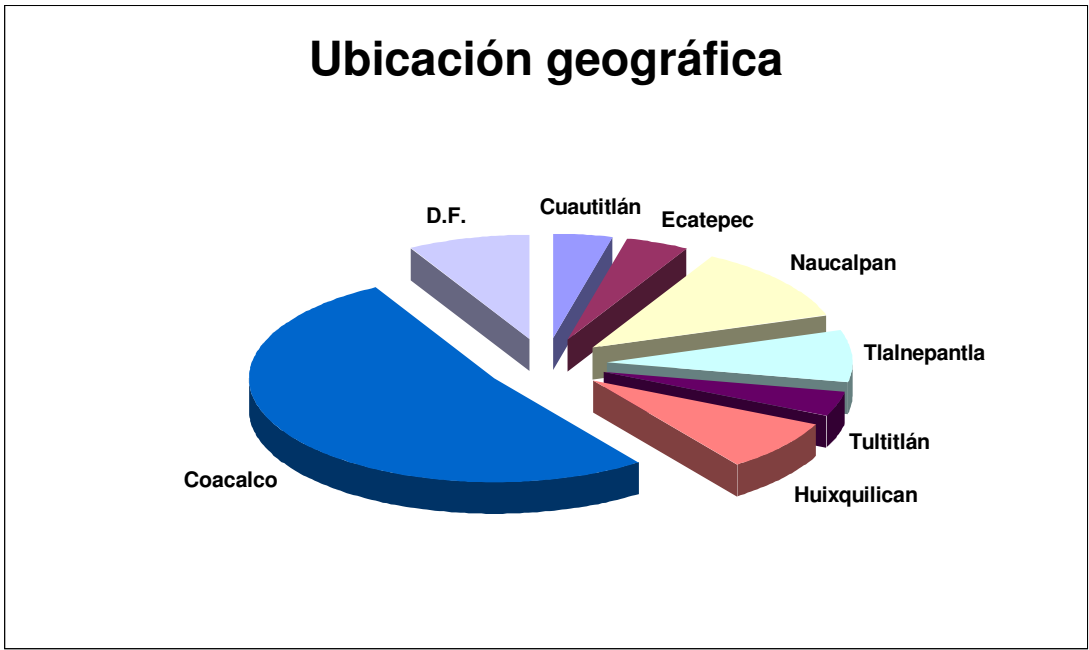


Figura 6.- Zonas geográficas en las que viven los sujetos entrevistados.

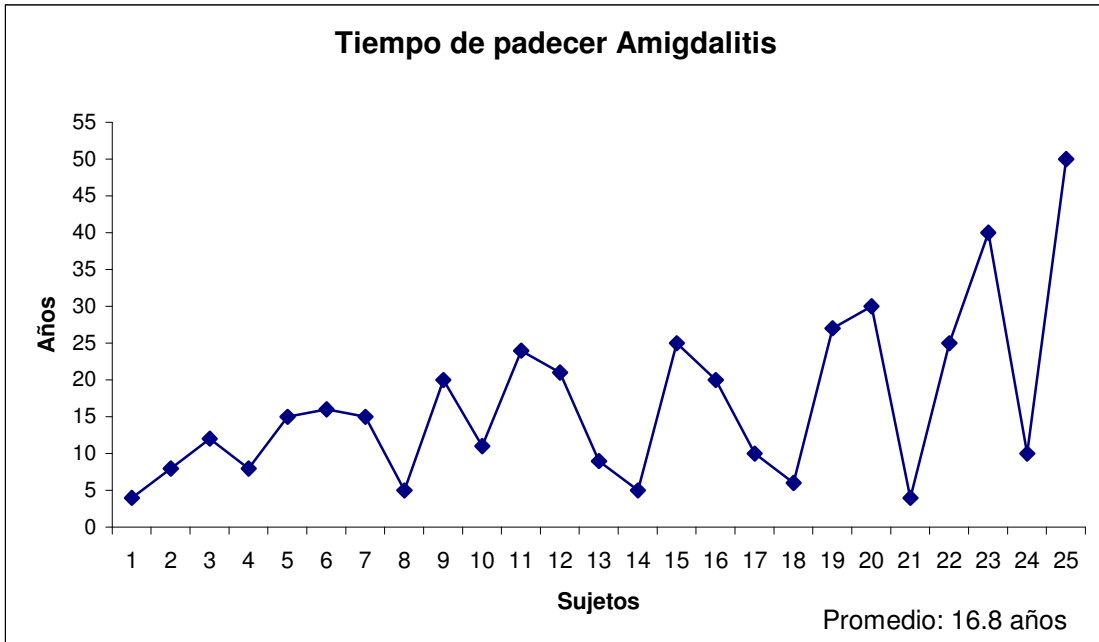


Figura 7.- Tiempo en años del padecimiento en los sujetos entrevistados.

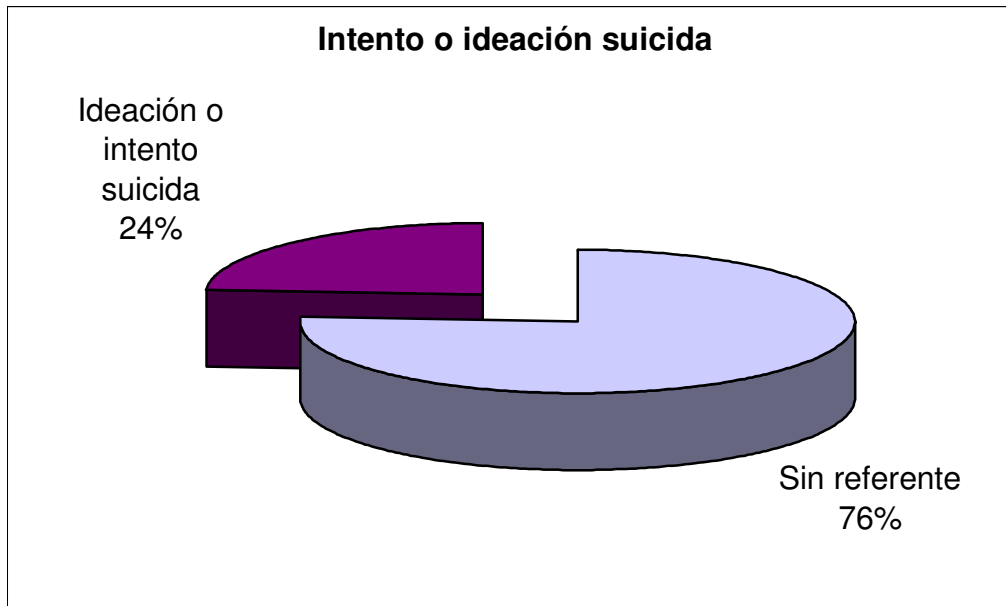


Figura 8.- Distribución porcentual de los sujetos que han presentado intento o ideación suicida y los que no.

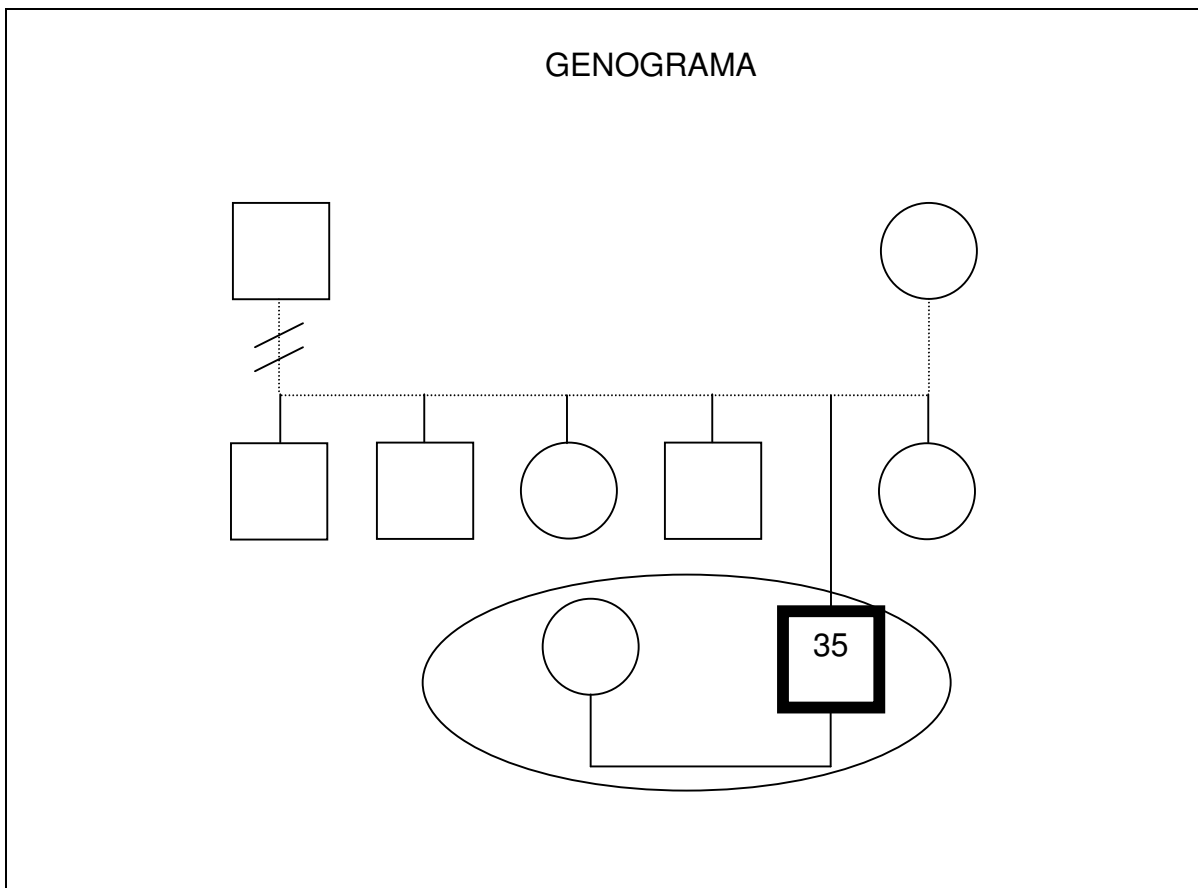


## ANEXO 3 ENTREVISTA MODELO

**ENTREVISTADORA: WENDY REYES SANABRIA**

ENTREVISTADO: Pseudónimo "*El reclamón*" (solicitó el anonimato)

NOTA: es importante comentar que el entrevistado antes de comenzar me dijo que nunca antes había sido entrevistado y grabado, por lo que se sentía muy nervioso y aclaró que si algo no decía bien, lo corrigiera.



**¿Qué edad tienes?**

35 años

**¿Sabes cuál es tu estatura y tu peso?**

Sí

**¿Cuál?**

Mido 1.72 y peso 72 kilos

O sea, que estas muy bien, dentro del límite de lo normal o ¿cómo te sientes?

**¿Bien, delgado o pasado?**

Bien

**¿Sabes cual es tu grupo sanguíneo?**

No

**¿Nunca te han intervenido quirúrgicamente, hecho operaciones?**

No

**Eres muy sano entonces ¿cuál es tu estado civil?**

Casado

**Aquí ¿has vivido ¿desde hace cuantos años aquí en Coacalco?**

Aquí llevo viviendo 7 años

**¿Aquí es Coacalco todavía o Tultepec?**

Coacalco

**Y anteriormente ¿dónde vivía?**

En Ecatepec

**¿Ahí te criaste o vienes de otro lugar?**

De hecho yo nací en Azcapotzalco, ahí viví 6 años, a los 6 años me fui a vivir a Ecatepec, a Ciudad Azteca de llama la Colonia y estuve viviendo 22 años en ciudad Azteca y de ahí me vive aquí a Coacalco

**¿Tus papás son originarios del Distrito o de algún Estado de la República?**

Del Distrito mi padre, pero mis abuelos de provincia

**¿De que parte?**

En el caso de mi madre mi abuelo era de San Pedro, delante de Atizapan de Zaragoza y mi abuela de parte de mi madre era de Michoacán. Pero mi padre y mi madre, ambos eran de aquí, de hecho mis abuelos de parte de mi padre vivían en Los Reyes LA Paz en la salida a Puebla.

**Aquí, tu casa ya la vi y tiene todos los servicios [la entrevista la llevé a cabo en su domicilio particular, el cuál es un departamento con dos recámaras, un baño y se encuentra en el primer piso, por lo que tiene vecinos abajo y arriba] ¿en la de Ciudad Azteca también tenías alumbrado, pavimentación?**

Sí

**¿Es de dos pisos o un piso?**

De dos pisos

**¿Las recámaras se encuentran arriba?**

Si

**Tu cuarto estaba arriba entonces**

Sí

**Entonces siempre haz estado lejos de la tierra porque este también es segundo piso [dije en tono de broma]**

Pero tiene su pedazo de tierra esa casa

**¿su jardín?**

De hecho mucho tiempo tuvo una parte de cemento de piso y la otra con tierra. Y fue hasta con los años que se puso el piso completo, eso tiene como unos 8 o 9 años.

**Digamos que poco ¿y allá tenías jardín?**

A penas

**Es que las casas que hacen ya no tienen**

Aquella si tenía espacio, tenía un tipo pasto, una parte era como de un metro de ancho por 6 de fondo, ahí hace un tiempo, hace muchos años había una parte de concreto y otros metros eran de pura tierra. Tierra, concreto y pasto.

**Ahí ya tenías un cachito dónde jugar. Actualmente vives aquí con tu esposa nada mas, pero sé que viajas ¿la mayor parte del tiempo estas viajando o estas en tu casa?**

Puede decirse que la mitas y la mitad

**¿Cuál es tu máxima escolaridad?**

Yo llegué hasta el tercer semestre del bachillerato y estuve junto con la carrera de intérprete y traductor

**Con razón tu contestadora está en inglés**

No es esa mi voz

**Yo pensé que sí. ¿qué es lo que haces en tu trabajo?**

Mi trabajo actual es variado, así como me toca viajar, porque viajo y transporto la publicidad de Telmex, son folletos que llegan con el recibo telefónico en cada domicilio, promoviendo una nueva línea telefónica o las computadoras, pero yo llevo con los compañeros todos esos folletos en cajas, cada caja tiene 3000 o 6000 volantes a veces llevamos como 220 o 240 cajas por cada caja que lleva 6000 volantes

**¿Los llevan a los estados de la república para que de ahí los empaqueten y los manden a los usuarios?**

Así es, a veces se llevan a las tiendas comerciales en donde uno va a pagar su teléfono en cada estado o a veces a los centros de facturación. El centro de facturación que está en Monterrey, ahí se lleva y también lo que hacen ellos es el ensobretado

**O sea que ya conoces muchos estados de la república por tu trabajo**

ya

**¿Cómo cuantos?**

¿los menciono o te digo el número?

**Como quieras**

Pues el Estado de México, yéndonos hacia el sur conozco lo que es el estado de Morelos, Guerrero, Oaxaca, yéndonos hacia el suroeste Puebla, Veracruz, Tabasco, Chiapas, Campeche y Mérida, yéndome hacia el Noreste, Querétaro, parte de Hidalgo, Guanajuato, San Luis Potosí, yéndonos al noreste, San Luis Potosí, Nuevo León, Coahuila, ahí llego a Monterrey, ala frontera a Nuevo Laredo y hacia el occidente es.... Guadalajara, León Toluca. Morelia Michoacán, Zamora, Guadalajara, hacia arriba seria León y Aguascalientes

**Pues si que conoces bastantes, es un trabajo muy placentero, viajar**

Placentero, pero con su respectiva tensión. Su respectivo riesgo

**Porque manejas**

Sí, la carretera y es placentera en el plan que se distrae uno y se le da a uno la oportunidad de conocer la república, pero por otro con su respectivo riesgo de la carretera, de un accidente, luego nos toca ver

**Háblame de tu religión, si la practicas, quien te la heredó**

Desde un principio, de chico era la católica, era... nunca la lleve a cabo, iba yo por mis padres y me llevaban a la iglesia, pero no me gustaba ir a la iglesia católica.

Lego a la edad de 20 años mi hermano Rubén, él se hizo Testigo de Jehová y por medio de él conocimos la religión y me empezaron a dar estudio, pero se puede decir que soy estudiante, porque para hacerme Testigo de Jehová tengo que llegar al símbolo, que es lo que yo no he hecho [nota: el bautismo dentro de los Testigos de Jehová es el evento que marca o distingue a un estudiante de uno que ya profesa la religión] entonces se puede decir que simpatizo con esta religión

### **O sea eres simpatizante**

De hecho mi condición es aparte de simpatizante, creo que es la religión correcta, cuando se da la oportunidad hablo de ella, la defiendiendo y defiendiendo el nombre de Jehová y hasta ahí

Ahora descríbeme un día normal, un día normal de actividades desde que te levantas hasta que te acuestas. Un día cotidiano

¿un sábado?

### **Entre semana , de trabajo**

Yo me tengo que estar levantando entre semana a las 5 o 5:15 a mas tardar en la mañana, me levanto, lo primero que hago es bañarme en lo que mi esposa me prepara mis cosas para ir a trabajar. Voy saliendo de mi casa a las 6 o 6:15. Son 35 kilómetros diarios los que recorro solo de ida para llegar al trabajo al distrito Federal, para estar ahí al cuarto para las 8 o 7:30

### **Tantas horas y tan poquitos kilómetros**

Es pesado, quiero llegar lo mas pronto posible, si es en transporte público tendría que salir al 10 para las 6 y eso para llegar allá al trabajo al 10 para las 8, es muy pesado el trayecto, de hecho ya me acostumbre. Checo mi tarjeta, espero a que el auxiliar de jefe nos de la orden, nos da la orden de trabajo y puedo andar haciendo entrega el material de publicidad, vamos a decir que ahora es en el área metropolitana o el DF o a veces nos toca llevar la facturación a las empresas. Las empresas que Telmex le factura, supuestamente salgo a las 4 de la tarde, que no es exacto, que ahí como es un área de envíos y mensajería a veces llego a salir a las 6 de la tarde, a las 8 de la noche. De 6 a 8 yo estoy llegando aquí a la casa. A veces me desvió.... no, digamos que llego aquí a la casa a las 9 o 10 de la noche, llego, ceno junto con mi esposa, veo un rato la televisión para distraerme un rato y reducir la tensión, si puedo me pongo a leer un rato, no soy un buen lector y directo a acostarme. Puede decirse que mi día me dedico poco tiempo a mi.

### **Y en fines de semana que no hay trabajo ¿qué actividades mas o menos realizas, sales te quedas a descansar o que?**

A descansar no estoy acostumbrando a no levantarme tarde, así este muy desvelado o tenga mucho agotamiento y eso a las 10, el día que no trabajo, en fin de semana 8:30 y eso exagerando ya me levanté, prendo la televisión un rato para ver que hay en lo que se prepara el desayuno que mas bien ya es almuerzo a las 10 de la mañana. Almorzamos, prendo el radio, me baño, salgo a revisar el carro: los niveles de aceite, frenos, agua, después de ahí platico un rato con mi esposa de las actividades del día, que qué se va a hacer según lo que se vaya a hacer, ya sea que lo hagamos juntos o cada quien por su parte, el fin de semana lo aprovecho para ver a mi familia y ya voy regresando a la casa como 6 o 7 de la tarde el sábado y de ese tiempo en adelante ya lo paso con mi esposa, excepto que vayamos a hacer compras o simplemente a una plaza a ver aparadores, regresamos 9 o 10 de la noche, conversamos un rato y nos dormimos.

**¿Cómo te definirías como persona?**

¿Viéndolo del lado amable?

**Viéndolo como quieras, tu ¿cómo te defines, como eres?**

Una persona inquieta, soy una persona también, .... por lo regular no soy muy expresivo, soy expresivo según mi estado de ánimo, a veces me encuentro bien, motivado y alegre conmigo mismo, ahí si soy expresivo, hablo mucho, bromeo mucho, hago alguna actividad con gusto si mi estado de ánimo cambia, no sé, si me encuentro algo triste me vuelvo reservado, pasivo, de pasivo soy inquieto, porque quiero realizar actividades y no puedo realizar, me gusta trabajo concentrarme y tal vez hasta a veces me llego a sentir mal físicamente

**¿Y cual es tu estado de ánimo la mayor parte del tiempo?**

Por lo que he leído, platicado tiende a ser muy apagado, pudiera yo decir en baja escala pero deprimido, deprimido o estresado, pudiera ser también

**¿Hay alguien en tu familia que se parezca a ti en tu carácter?**

Pues mi madre

**¿Cómo es?**

también no es expresiva, es muy reservada, tiende a respetar mucho, no es entrometida, es feliz estando en su casa, una persona que le gusta atenderte bien a nosotros como hijos y a los invitados, una persona que se interesa, es altruista, se interesa por los demás

**¿Vive tu mamá y tu papá o ya no?**

No, ya no vive mi padre, mi padre falleció si mal no recuerdo en el año del 92 o 93

**¿Qué edad tenías tu?**

25

**Háblame de tu familia, de tus hermanos, cuántos son, que número eres, como se criaron**

Mi familia éramos 6 hermanos, 4 hombres y 2 mujeres. El más grande también falleció

**¿De bebé o ya de grande?**

De grande, él falleció a la edad de 33 a los, él falleció un año antes que mi padre, él falleció en el 92. Mi padre en el 93

**¿De que falleció?**

El falleció de un derrame cerebral a la edad de 33 años, entonces luego es Andrés el más grande, le sigue mi hermano Rubén, él está casado, quien le sigue es mi hermana Patricia, que no esta casada, de ahí le sigue mi hermano Pedro, él esta casado y vive en el extranjero él tiene viviendo en el extranjero 16 años, tiene una hija bebé, sigo yo, en este caso el penúltimo y mi hermana la menor que tiene un 31 o 32, tiene un niño de 11 y una niña de 9 años.

**¿Cómo fue tu infancia?¿Cómo se criaron, quien era el consentido o la consentida?**

En la infancia tuvimos como carencias, tuvimos momentos...

**[en ese momento la grabadora se detiene y mientras cambio las pilas el entrevistado me reitera que esta nervioso y que no le gusta su voz, yo le digo: mi voz no me gusta y me cuesta trabajo hacer las transcripciones porque oigo mi voz]**

Te decía que la infancia, en el plano de los amigos, juegos sanos, juegos con los primos, que creo que disfrutamos bastante, yo en lo particular yo me acuerdo de mi infancia en plan juego, en plan de experimentar como niños, yo disfruté mucho

**¿Algún recuerdo grato que tengas de tu infancia?**

Un recuerdo grato de la infancia.... yo me acuerdo que un 6 de Enero me regalaron un topogigio inflable y con eso yo me dormía y yo era feliz con mi muñeco, cuando me regalaban carros yo era feliz, de hecho yo jugaba solo, yo hacía mis juegos, yo los creaba, una vez también me compraron un boggie, un carro de esos de pedales, una vez se le rompió una llanta de plástico y yo no sabía como repararlo, yo era un niño, tenía unos 4 años. Y yo lo quería reparar y yo le ponía de rueda una pesa de esas de las básculas, pero se salía, hasta que en una ocasión llegó mi papá un fin de semana y arregló el carro, me acuerdo que yo lloré de gusto, yo era un niño, para mi es algo muy valioso, también jugaba mucho de chico, o el salir el domingo con la madre y el padre y yo agarrado de las manos de los dos y yo me sentía contento.

**¿Y algún recuerdo no tan grato, triste, medio feo?**

Cuando nos cambiamos a ciudad Azteca y yo tenía 6 años, ahí cambio todo, mi papá se hizo muy seco, dejó de convivir con nosotros

**¿A que se debía?**

Quiero pensar que los problemas con mi madre

**¿Tenían problemas de pareja?**

Sí, lo alcanzaba yo a percibir, de dejar de jugar con nosotros, por estar ellos con sus problemas, creo que afectó la falta de atención a nosotros. Por un lado mi madre nos protegía, nos cuidaba y nos permitía salir a jugar, y yo creo que era como un desahogo, pero ya en plan para convivir ya como hijos con los padres, ya no, entonces eso para mi si fue triste, siento que tuvo sus consecuencias

**¿Cómo cual?**

El no haber una buena comunicación con los padres, al no haber una buena comunicación yo creo que se vienen problemas, se cierra la comunicación, falta de atención, tiene unos sus presiones, empieza uno a guardar las cosas, empieza a guardarlas, se hace uno reservado, también en la escuela no fuimos buenos estudiantes, ninguno, pasábamos por compromiso, yo creo que se reflejaba en la escuela.

**¿Ellos estuvieron juntos hasta que tu papá falleció o se separaron?**

Se separaron antes de que falleciera

**¿Qué edad tenías tú cuando se separaron?**

.....yo tenía cuando ellos se separaron... 13 años

**ibas en la secundaria**

sí

**¿Cómo te sentiste? Tu ya lo veías viendo y ya te dabas cuenta cómo viviste este episodio de tu vida**

Para mi fue traumatizante porque yo quería mucho, yo seguía mucho a mi padre y mi madre era lo máximo era mi fortaleza, y cuando ellos se separaron fue terrible porque me sentí desprotegido, ¿con quien me iba? ¿Con melón o con sandía?

**¿Les dieron a escoger?**

No, en ningún momento, pero yo me refiero porque yo quería retenerlos. Cuando nos iba a ver que iba a darle su gasto a mi mamá, de ida para mi era emocionante,

porque lo veía me tranquilizaba, pero el problema era el regreso, yo decía: ¿No hay forma de que se venga con nosotros? ¿O no hay forma de que mamá se quede con nosotros? Porque yo quería que se juntaran y le decía a mi mamá

**Y ¿qué te decían?**

Que no era posible, pero que eso que no era posible, ellos no seguían queriendo, pero de que sirve que me digan que me dé consuelo a su manera, si no lo puedo tener, y a parte ellos me decían, mis hermanos me decían que yo era el consentido

**A ¿si?**

Que yo era el consentido de mi padre

**Y ¿si o no?**

Y sí, yo era el consentido, pero tal vez porque era el más obediente, era el que no le, era el que todo le decía que sí, simplemente le obedecía, a él yo creo que me daba tal vez, entre comillas atención, sino que me jalaba mas, si había algún juguete yo creo que era el primero que se lo compraba, era el que no regañaba tanto, y por eso yo creo que mis hermanos me decían que yo era el consentido, también con él nos enseñó a trabajar, si quieres esto, pues sencillamente echándole ganas y luego él trabajaba en ferrocarriles y le gustaba mucho la mecánica

**Como a ti. ¿Te gusto a partir de eso, de que tú lo veías?**

Se pudiera decir que yo agarre el gusto por aprender, yo aprendía como a los 20 años, porque me vi comprometido a saber de los carros. Entonces de chicos si él estaba arreglando un carro, aunque era terrible para un niño tenerlo ahí con el foco a las 8, 10, 11, 12 de la noche con la lámpara alumbrándole, era muy rudo para nosotros como niños, a veces llegaban los amigos a las 5 o 6 de la tarde para ir a jugar y no nos permitía, se sentí muy, muy feo verlos jugar a la pelota, entonces mis otros hermanos si le decían o le transmitían que no querían, como yo no le decía que no aunque me estuviera durmiendo ahí y no le decía que no, pero después me enseñó a manejar, aunque a esa edad, aunque sea en sus piernas, solo el volante, yo tenía unos 6 años.

**¿Cómo podrías describir a tu familia? Eran tranquila o problemática o ¿Cómo?**

Tranquila, pero que se guardaba los problemas, no los expresaba, los problemas los callábamos, tratar de mantener la fiesta en paz, a veces funcionaba, pero no siempre, un problema no se podía ocultar.

**O sea, todos pasaban por problemas, pero nadie se decía**

Bueno, hay quien llevaba la iniciativa para los problemas, eran los grandes, así que quien se quedó cayado, éramos los chicos, mi hermana y yo

**¿Te sentías amado en tu familia, respetado, querido o como eras el chico el que nadie le hace caso o cómo?**

Puedo decir que de ambas, por momento me sentía que me respetaban, que me querían, a veces no, a veces no

**Porque a veces los chicos la llevan de perder porque ya no hay tiempo, hay muchas otras actividades**

En ese aspecto sí, me sentía olvidado, siempre la atención giraba en torno a mis hermanos grandes, ni nodo, si yo tenía que jugar era solo. Era curioso, pero era como en grupos, los dos hombres los mas grandes hacían como una pareja, luego

seguía mi hermana Patricia y mi hermano Pedro otro pareja, y luego los mas chicos.

**O sea digamos que la relación mas estrecha con tu hermana la mas chica**

Exacto

**Y afectivamente con quien eras mas allegado ¿con tu mamá o con tu papá?**

Afectivamente con mi mamá, mi papá era no sé, muy hosco, me demostraba así afectivamente yo creo que mi mamá y papá era el enseñarnos a trabajar, el no chillar, el vamos a hacer esto y vamos a trabajar, nos enseñó a trabajar

**Y ¿cómo viviste tu adolescencia y tu juventud?**

Haz de cuenta que fueron varios periodos, uno fue con el papá, otros fue allá en ciudad Azteca, con el papá, pero con problemas, como viviste tu adolescencia, a partir de los 13.

Se puede decir que no tengo noción de ella, yo estaba en otro tiempo, en otra etapa, porque no la disfrute, trato de recordar, compararme con mis amigos, incluso pláticas con compañeros de su adolescencia, la mía fue muy como que fue desfasada, estaba mas embotado en la familia, en las necesidades de la familia

**En que sentido ¿económico o emocional?**

Emocional, emocional, me enfocaba mas a ser alguien mediador o estar al pendiente, aunque era yo el mas chico de los hombres tenía que estar yo al pendiente

**Entonces no tienes grandes recuerdos de esta etapa**

No, y si me causa cierto como coraje y sentimiento que me perdí ese momento

**Dices que la viviste desfasada ¿cuándo la viviste?**

Todavía no, porque yo trato de recordar 15, 16 17, donde estaba y la recuerdo por partes, no vivía yo mi adolescencia, no la viví como todos por ciertas responsabilidades, que en ningún momento me las impusieron ¿eh? Mis hermanos, mi madre, sino yo solito, no recuerdo que me hayan dicho: tu te vas a hacer cargo de esto y del otro

**¿De que cosas si te hacías cargo?**

Hablando de la estabilidad emocional de la casa, en ese aspecto escuchando a las mujeres, la madre, las hermanas, sus necesidades, aquí estoy yo, cuéntame a mi y a mis hermanos resolviendo sus problemas: que te pasa que tienes, si me quieres contar, que si te enojaste con mi otro hermano o mi hermana, le sigo hablando a la otra o al revés

**Tu eras el receptor de todo aquello, ¿tu con alguien en particular hablas, tenías un amigo, amiga, confidente, con quien de repente también le soltaras lo que traías?**

¿dentro de la familia?

**O a fuera**

No, dentro de la familia era muy difícil, tenía que yo explotar para poder comentar

**Solamente cuando explotabas era ¿con quien?**

Con la mamá, con mis hermanos a pesar de que yo me acercaba, me refiero a que los escuchaba, trataba de tener una estabilidad en la familia, podía yo escuchar, interesarme por ellos, pero yo para mostrarles un sentir o cierta seguridad era yo muy reservado, y de amigos no tenía amigos ni amigas, de hecho siempre me he considerado una persona en ese aspecto sola. He aprendido a veces a disfrutarlo, que si a veces extraño una buena amistad.



Aunque finalmente si se me han dado, yo e tratado de buscarlas, peor por mi forma de ser, de buscar las amistades era muy difícil, como que no entonaba o me sentía yo rechazado por mi forma de ser, tomando en relación el que no vivía yo mi etapa, no la viví. En lo que yo debí haber estado haciendo bromas, bailando, corriendo, platicando, escuchando música, yo creo que mis pláticas se tornaban a la relación familiar y la responsabilidad. Yo creo que para mis amigos en ese entonces en aquella edad yo les hacía aburrida su plática que era interesante y eso hacía que se alejara. Se puede decir que yo empecé a tener amistades, con quien platicar, con quien confiar, se puede decir que fue ya tarde, como a los 28 años, tengo 35

**Ya había pasado a la juventud, bueno no la juventud [amo nos empezamos a reír, porque traté de componerle, me refiero a la edad loca, en la que uno hace locuras con los amigos.**

Sí, sí, porque yo luego platico con mis amigos o compañeros y dicen que qué edad era para ti, y todos dicen que la secundaria, ahí es el cambio, y para mi no, para mi la secundaria era muy pasivo,

**Tu a lo que ibas**

No, ni a lo que iba, porque no era buen estudiante. Algunas materias no me gustaban mucho, no había 6 pero tampoco había 10, las que me gustaba a mí eran ciencias naturales, ingles, ciencias sociales, regular, según el tema, español no me gustaba. No me gustaba que me hablan de los españoles, que si el barroco, que si , nunca me llamó la atención, pero si me gusta redacción, aprender a escribir bien, a leer bien, en matemáticas nunca he sido bueno, me sigue constando, ahora se lo elemental por necesidad, porque soy pésimo yo para las matemáticas y lo hacía por una compromiso y no por gusto.

**Y ahora pláticame ¿desde cuando te empezaste a enfermar de la garganta?**

Desde chico he sido enfermizo, desde chico, desde que tengo noción, ya estaban as inyecciones, ya me inyectaban.

**¿Te enfermabas de calentura de mocos, como era tu sintomatología?**

sí, era calentura, temperatura, gripe, las anginas se me inflamaba

**¿Nunca te las operaron?**

me pasé, porque hace como un año, estaba yo viendo si me operaban y no que por mi edad ya es riesgoso, de hecho en el seguro social trataron de operarme, me mandaron con un especialista, pero el especialista dijo que por mi edad ya era peligrosa la cicatrización, que podía haber una hemorragia, que ya a mi edad era delicado, que eso debió haber sido de chico, que según que como él me veía no era necesario. Pero el otro doctor en particular me dijo que era muy riesgoso y que cuidándome era suficiente, y si me confirmó que se podía complicar por una hemorragia, la resistencia no es la misma que cuando uno es niño.

**Pero de niño siempre te enfermabas**

Siempre, siempre, siempre, fui muy enfermizo, la gripe, lo primero que me daba era la gripe, dos días tenía el problema de la garganta, me acuerdo que eran terribles esas noches, dando vueltas a la cama, 12, 1 2 de la madrugada, la molestia de sentirte hirviendo, estarse lavando al baño para limpiarse la nariz, para mi era la muerte, era horrible, de chico, tenía que estar despertando a la mamá en la madrugada

**¿Ella era la que te cuidaba cuando te enfermabas?**

Me daba miedo tocar a su cuarto

**¿por qué?**

Porque estaba con papá, estaba muy grabado eso, esa, la presencia del padre, muy castigador y autoritario, no puedes interrumpir, había que alzar la mano, pedirle permiso para todo. Si eso era estando despierto, imagínate tocar a las 2 o 3 de la madrugada, a veces me tardaba mas ahí tocando que en lo que me abrían, en lo que se escuchaba, yo creo que según yo tocaba, pero acariciaba la puerta

**Tu querías como que adivinara y saliera en ese momento**

Exacto, era muy horrible la gripe, era una pesadilla, de hecho así era por la temperatura, yo tenía pesadillas, sudor, era horrible, pidiendo que amaneciera, solo , con el temor de hablarles a mis hermanos y despertarlos.

**¿Nadie mas padecía? ¿eras tu el único?**

De niño mi hermana la mas chica, María. Era horrible porque yo quería que amaneciera y las noches se me hacían eternas y yo veía el reloj, 2 o 3 de la mañana, me dormía un ratito y ya despertaba y eran 3:30 o 4 y era horrible, yo pedía que amaneciera

**¿Al otro día podías ir a la escuela o no?**

A veces iba, a veces no

**¿Te llevaba tu mamá al doctor o te daba ella algo que ella supiera?**

Me llevaba al doctor, peor de tanta penicilina que me dieron de niño, llegó a una edad como alas 30 años que la penicilina ya no me hacía, pero si era terrible de niño, ahorita porque ya se como cuidarme, pero de chico yo me acuerdo y era muy feo, feo

**¿Como que te daba miedo enfermarte porque que te fuera a decir tu papá o mamá de que les tocaras?**

Sí

**Pero cuando te enfermabas ¿qué hacía tu mama? Te decía vete a dormir o te decía; hijito no me estés molestando o se levantaba y te atendía**

Sé, se levantaba y me atendía, si había pastillas ahí, algo que me pudiera dar me lo daba y al día siguiente ya me llevaba al doctor

**¿Remedios caseros o algo así que te hicieran?**

No, eran las pastillas y el vic vaporub para poder respirar bien

**¿Te lo untabas el vic vaporub?**

Me lo untaba o lo calentaba y me echaba en las piernas

**¿Sentías alguna mejora?**

No

**¿Con los años los síntomas fueron agudizándose mas o fueron disminuyendo o han cambiado?**

Lo que he experimentado, tendría que hacer yo un recuento, y en estado, yo de joven decía que yo escuchaba que la depresión, que el estrés, pero nunca mas me interesaba, luego pues fui tomando cierto interés porque de repente yo decía: ¿por qué me siento así? Si yo no soy así, si no me dan ganas de hacer esto o porque cuando a mí me gustan los climas fríos, el ver llover de repente en su momento los veo feos, entonces yo empecé a interesarme por mi cuenta en el estrés y la depresión y siento que me empecé a ubicar con ciertos cuadros, con ciertos síntomas y los empecé a asociar y dijo: no puede ser, o si puede ser, y si se lo comento , tendrá alguna relación, y así hasta que se lo comenté a un doctor,

y fue el queme dijo que yo tenía depresión y yo no lo podía creer y me empezó a dar pastillas para tranquilizarme y me costó mucho trabajo aceptarlo, y entonces empecé a ver cualquier información de revistas que traten de ese tema yo lo leía. Hasta que de plano cuando iba yo a consulta había veces que unos doctores, si yo iba enfermo de la gripa o de la garganta o de otra cosa, el doctor me decía es que estas deprimido, cuando me dijeron a mi me daban ganas de llorar porque con el simple hecho de que me dijeran eso, yo sentí aun gran alivio y yo decía por dentro: si, si, es cierto yo me siento muy triste

### **Pero no llorabas**

No, no, me aguantaba y había veces que manejando o caminando me daba por llorar y yo realmente hice mis conclusiones porque hay gripas que me dan por frío, pero la mayoría de las gripas de joven y yo sin saberlo me daban porque yo estaba triste e inquieto, igual la garganta, yo lo pude comprobar, cuando estoy bien, es raro que yo me enferme de la gripe o de la garganta, ahorita yo saque esas conclusiones y con lo que me dicen los doctores y he leído yo saque mis conclusiones y me da coraje que de chico en la secundaria o todavía antes me enfermaba yo y me llevaban al doctor y esa era la solución y ahora me da coraje, pero no puedo reclamar ya, pero si me da coraje: como es que no pudieras captar que yo estaba triste y por eso me daban las enfermedades, mi sistema inmunológico se caía y donde yo empecé a comprobar fue como por el 88 y 89 , en esos años yo me empecé a dar cuenta de que era porque yo estaba triste y deprimido

### **¿Y antes no te imaginabas?**

No, yo recuerdo que una vez en la secundaria estaba yo enfermo y empecé a vomitar, una cosa horrible, y las manos se me engarraron y empecé a temblar mucho, me llevaron con un doctor, me mandó la famosa bedoyecta y complejo b y el doctor no se daba crédito porque yo tan joven estaba yo como si tuviera artritis, tan endurecido, como es posible, después de ello todavía no captaba que era la depresión. Hasta que después del 88, cuando me volvió a dar otra vez esa como artritis

### **¿Te volvió a dar otra vez?**

Si pero eso ya fue como por el 93 o 94 , ahí en el trabajo, me acuerdo que yo estaba manejando con otro compañero, salí y le dije sabes que Mauricio acompáñame que no me siento bien, como que yo ya estaba presintiendo, yo tenía algo, y dicho y hecho , y a mitad de camino me orillé y me quede en el asiento y el se asustó y me llevo a un consultorio por el trabajo, allá por Tlalneplantla, era una doctora la que me atendió y me dijo, mira nada mas como viene usted, no me acuerdo que me inyectó, pero me empezó a tranquilizar, que no me preocupara, me acuerdo que me tuvo como una hora y media ahí en su consultorio, ahí acostado y empecé a llorar, ahí es donde saco a conclusión que fue lo mismo que me pasó de joven cuando yo estaba en la secundaria, me encontraba triste y luego con lo de las gripas y lo de la garganta, porque eso fue en el 88 o 89 cuando yo me enfermaba de gripe y yo me atrancaba en la puerta, yo me súper cuidaba, la chamarra, la bufanda, era la desesperación de que yo ya quería aliviarme, toleraba, me acuerdo que una vez, igual en invierno, estaba solo, acostado, en mi cuarto, la luz apagada, yo sufriendo mi gripe horrible, y ya contaba los días 4 o 5 días, 5 días la gripe, yo los contaba porque me

desesperaba mucho, pero en aquella ocasión llega un amigo del trabajo, llega y me dice: acompáñame a Toluca, a Ixtapan del Oro, a ver a mi hermano, vamos y dije que hago aquí tirado, pero también con el temor de que me diera una pulmonía, y estaba: voy, no voy, voy, no voy, y le dijo a mi mamá: deje ir a su hijo Mario y yo si quería ir porque me fascina la carretera, pero pensé en ir y si me da una pulmonía y Toluca es frío y mi mama: no vayas y yo: si voy a ir. Me puse mi chamarra y le dijo: mañana mismo estamos aquí, mañana llegamos, era de un día para otro. Y como queriendo no queriendo, yo me voy mamá, yo iba súper tapado e iba muy miedoso pero con ganas de salir, me acuerdo que estábamos en Toluca como las 8 de la noche y me acuerdo que paramos a ponerle gasolina al carro y había una señora vendiendo su café de olla y sus tamales, y me dice: ¿no se te antoja?, y le digo: la verdad si. Y me bajo del carro yo, pero así con la chamarra hasta acá [señala los ojos] y me dice: no seas exagerado, es que tu te enfermas bien feo. Empecé a tomar el café, el tamal, riquísimo, nos fuimos al carro, platicamos y llegamos a este pueblo Ixtapan del Oro. De noche un pueblo muy tranquilo, hasta el día siguiente ya como a las 7 de la mañana cuando me di cuenta: es que no estoy enfermo, no tengo nada y estoy en frío, que se supone que me han enseñado a protegerme, frío, gripe, súper chamarra, va a salir a la calle a jugar aunque sea a jugar fútbol, la súper chamarra de 20 kilos

#### **Que no te puedes ni mover**

Sí, ¿cómo es posible si no tengo nada?

#### **¿Te sentías ya bien?**

Si y lo curioso es que yo respiraba de una forma profunda, todavía nos fuimos a una pequeña cascada que hay ahí, y el agua estaba pero helada, congelada, y me dijo: ¿qué no te vas a meter? Y le dije: no, es que si me enfermo, y yo aferrado a lo que dicen los grandes de cuídate, pero fue tanto que no quería perderme de ese momento dije: si me he de morir que me muera pero contento, y me metí al agua, y si estaba, pero si helada, cuando salí de ahí, súper miedoso, y pensando: me voy a enfermar, me voy a enfermar, me voy a enfermar, pues resulta que todavía empezó a llover en la tarde, nos mojamos, estuvimos recorriendo el pueblo, y llegamos aquí a la capital al día siguiente todavía me fui a trabajar y la enfermedad quien sabe en donde quedó. Cuando la gripa me dura 5 días, en un día se me quitó la gripe. Y yo dije ¿qué pasó? Entonces yo sentí confianza. Luego entre esos años la segunda vez fuimos al Popocatepetl todavía se podía pasar, igual me fui enfermo de gripe, igual yo súper temeroso, y es que me va dar una pulmonía y se me va a complicar y yo lo que quiero es aliviarme. Llegamos ahí nos fuimos caminando, nos tocó tocar la nieve, anduvimos caminando, jugando con la nieve, fue curioso, porque cuando ya venía en el carro: yo ya no estoy enfermo, no es posible, si apenas ayer me empezó a dar, no es posible que ahorita yo ya no tenga nada y pues ahí, que esta pasando, fue 89, 90, por ahí así, fui con este amigo otra vez a Toluca con su hermano y ya de regreso nos venimos con su mamá, igual yo tenía síntomas de gripa, de la garganta, súper frío ahí, iba yo con mi chamarrota. De regreso a la altura de la marquesa estaba nevando, nos detuvimos, a mi nunca me había tocado ver nevar. Iba enfermo de la garganta y de la gripe, pero no me podía aguantar, yo me bajo del carro y sí yo estaba fascinado, igual empezamos a jugar, a hacer bolas de nieve, llego un momento en que yo tenía los dedos morados, en un momento ya no los podía ni mover, me

arde, me quema, de tanto estar agarrando la nieve y resulta que de regreso llegue yo con los pies empapados, llegue yo mojado de andar metiéndome en la nieve, se me metía la nieve entre el pantalón y las calcetas, y llegué yo mojado y pensé: ahora si abusé, pero resulta que al día siguiente me lleve a la familia a la Marquesa como a las 5 de la mañana, yo fui con mi amigo el Sábado, el Domingo me llevé a la familia, la garganta, la gripe. ¿quién sabe donde quedo? Eso todavía me motivó a mi a buscar mas síntomas y yo si comprobé que es eso. Otra también en el 94 vino mi hermano de Estado Unidos, vino y estuvo como una semana, entre esa semana que vino un Sábado había que llevarlo al aeropuerto, estaba yo con una gripe, a mi cuando me da, perdón, pero te lleno vasos enteros de...

### **De moco**

De moco que me esta fluyendo y ese sábado había que llevarlo, y me dijo no si quieres yo me voy, estas súper enfermo, Estaba yo súper enfermo, estaba yo en la sala, estaba de plano tirado, se me cierran los ojos, y me dijo: no, mejor me voy en taxi, no pero por sus maletas , vámonos. Iba yo súper enfermo, en el aeropuerto la luz me molestaba, era una cosa horrible, le digo a mi mama: sabes que ¿a que horas sale tu vuelo? Pues vamos al estacionamiento arriba, para ver cuándo sale tu avión. Y ahí estaba con la familia arriba en el último piso, el la azotea, me bajo y era un aire tan rico que siento como me empieza en ese instante a descongestionar, y empiezo a platicar con la familia ya pues esperamos como una hora hasta que salió el avión. Ese es, ese es, por la hora, mi mamá a llorar y ya de regreso, y en la casa me acuerdo que me limpié como unas 3 o 4 veces y al día siguiente no había gripa. Yo cuatro veces en mí experimenté y esas 4 veces no solo porque me haya ido a un clima frió o porque me haya dado el aire, sino que yo experimenté que en esas 4 veces yo estaba triste. Yo me di cuenta que según también tiene que ver mucho mi estado de ánimo. Si esta bajo, es gripe si estoy súper deprimido horrible, hasta la garganta y se me hace una infección y tengo que recurrir a un antibiótico de tanto que es.

### **Sí. ¿afónico no te quedas?**

Una vez me quedé afónico, una vez me que dé afónico nada mas y es lo que trato yo de escuchar

### **Y por ejemplo, antes que estabas en tu casa, te cuidaba tu mamá, ya cuando estabas casado ¿tu esposa o tu ya solio te hacías tus cosas?**

Al principio me cuidaba mi esposa, pero luego yo aprendí a cuidarme, y aparte de cuidarme a romper con esa de que porque estas enfermo no puedes hacer nada, no puedes salir de la casa, que no te de el aire, quédate en la cama, yo rompí con eso cuando estoy enfermo. Me voy a poner a hacer, me voy a poner a ver una película, me voy a poner a desarmar la plancha o algo para hacer mas olvidadizo, que no nada mas tiene que ver con estrés hay veces que si me descuido y el cambio de clima y puedo estar muy alegre y me da gripe y me enfermo de la garganta. Una amiga en aquel entonces, quería conocer Toluca pero dijo: no puedo ir, porque estoy enferma dela gripa, y le digo: ¿tu como estas? Me dijo:¿cómo estoy de que? Y le dije: de estado de ánimo, me dijo: se supone que estoy bien, no seas menso, quiero ir porque quiero distraerme, y le dije hay una diferencia, estas diciendo que te quieres distraer, eso para mi quiere decir que estas triste algo, ¿tienes algo? Y me dijo: es que mi mamá está en el hospital, bueno de hecho hoy salió, pero pues salió bien todo, no hay riesgo, estoy triste

pero ahorita me quiero ir con ustedes, pero no puedo, miren como estoy y le digo: no, mira, vente, ¡vámonos! Te vas a aliviar, y ella: que no, que me voy a enfermar y yo: no, que te vas a aliviar, te lo puedo asegurar. Me acuerdo que yo hasta aposté, le dije: te disparo la comida de toda una semana a que te alivias, y ella: pues me las vas a pagar porque no me voy a aliviar. Pero yo dentro de eso sentí un temor. Dije: si están enferma y yo la voy a llevar a un clima frío y si se enferma y le pasa algo más grave, ya me embarqué. Y que va con su chamarra y todo. Igual de regreso la Marquesa en tiempos de lluvia y yo le dije: vente, vamos por unas quesadillas y ella: yo no me bajo, yo no me bajo, y yo: ¡bájate! Y tapado, llevaba un cubre bocas y todo, y yo: bájate y la bajamos y ya de regreso, como a los tres días me habla al trabajo y me dice: oye, fíjate que se me quitó la gripe ¿por qué? Tenías razón, se me quitó, llegué, todavía me sentía mal, al día siguiente me metí a bañar porque me tenía que ir a trabajar y ahí es donde se quedó la gripe

**O sea que le has pensado bastante y le has dado al clavo, yo creo**

Sí, bastante, pero es algo que me siento contento, porque para empezar el haber escuchado de los doctores, de que tienes esto y el otro y la segunda a parte me siento contento porque investigué porque me enfermo de la garganta, y de hecho ya tengo ciertos malestares, pero hasta ahí llegan.

**Entonces te va a encantar mi Tesis cuando la leas.**

**¿Algún otro momento en el que te hayas enfermado y te acuerdes como haya sido?**

Uno hace 4 años, ese si se me quedo súper, súper grabado. En aquella ocasión se me quedó muy grabado como por un problema, como mi sistema inmunológico se fue a pique, si te dije ¿no? Que en Agosto

**Sí, pero eso ya no se grabó**

Sí, en Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre, Enero, Febrero, siete meses enfermo ¿imagínate? 7 meses, débil, bajé de peso, baje mucho de peso, imagínate 7 meses con gripe y con la garganta. Te digo me aliviaba y que duraba bien, una semana exagerando y con la molestia, disque me aliviaba, y era súper sensible, porque al área donde llegué tenían el aire acondicionado y para mi era la muerte, era invierno y luego todavía te ponían el aire acondicionado era horrible, porque yo llegaba también al trabajo y sentía esa corriente de aire cuando respiraba o la sentía en la espalda y empezaba yo otra vez, a como si me acercaran un cerillo al dedo y luego luego se siente, así yo sentí al aire, luego, luego reaccionaba yo. Y era bien molesto porque estas con la chamarrota, te estorba.

**¿Y que tomabas? ¿ibas al médico o ya hartaste?**

Estuve tomando mucho medicamento, pero soy muy malo para recordar los nombres de los medicamentos. Pero eran inyecciones, era para la garganta y no recuerdo, pero sí tomé bastantes medicamentos, me cansé, me harté de tomar tantos medicamentos

**Y que dijiste ya solo me compongo o ¿que?**

Pues sí, es que ya es mucho tanto medicamento y ni me hace bien , y todavía fui a otro médico, fui con otro doctor. ¿cómo se le llama a esa medicina? Alternativa, tomando unos productos, medicamentos disque alemanes que me salieron en un ojo de la cara, y eran gotas, ya no eran pastillas, era medicina alternativa, sería...

**¿Naturista?**

Como naturista, dentro de esa rama, que te ve por medio del iris y no tampoco me hizo, no me hizo efecto nada, ningún medicamento y varias personas, pues la familia o los Testigos me decía: tómate esto, remedios caseros

**¿Te los hacías también?**

sí me los llegaba a tomar, pero no me hacían nada de efecto, yo no quería comprender cual era la..., y es que yo decía es que no tiene secuencia mi problema que tengo con esto, pero ya se salió de lo normal. Pero yo pensaba que nunca me iba a componer y ya pensé: ya me deterioré, estaba asustado, si ahorita no duermo bien, antes era peor. Porque ahorita ya comprendo porque no duermo, aunque sigo sin descansar, duermo pero no descanso, aunque ahorita ya comprendo y eso ayuda a tranquilizarme, pero antes yo no comprendía porque no dormía, tenía tantas cosas en la mente, que yo le insistía al docto: mándeme a hacer un estudio de sangre a conciencia o algo, a ver que tengo alguna enfermedad ya fea, cáncer, algo así

**¿A poco llegaste a pensar que tenías cáncer?**

Sí, yo me sugestioné y él me decía: es que debe de tener calma, pero calma de que, ya cuantos meses llevo, ya hasta fui con otros doctores, ya tomé esto, ya tomé el otro y no hay cosa que me haga efecto, que me alivie. Yo si le decía: ya desmiéntame

**Tu ¿qué te imaginabas que era?**

Pues al no responder mi organismo a los medicamentos yo pensaba que tenía un cáncer o no sé....

**¿Como algo incurable?**

Algo incurable, aunque yo estoy seguro que no, estoy tranquilo, pero yo decía del VIH

**Porque tus defensas eran muy bajas**

Sí, yo le decía hágame un examen de enfermedades venéreas, de algo, de lo que sea

**O sea ya era tu desesperación**

Sí, dígame porque o como fue y no me aliviaba

**Y ¿qué te dijo él?**

Que no que todo estaba en la mente, mi organismo, bueno yo tenía tantos problemas, era un estrés tan fuerte, una depresión tan fuerte que yo no le ayudaba a mi organismo. Me acuerdo que una vez me dio en su consultorio a leer parte de un libro, para que veas el poder de la mente, cuando no la usas para bien, en este caso te quiero demostrar como cuando esta tan débil, te invaden todas las enfermedades, simplemente son enfermedades psi-co-so-ma-ti-cas [dijo delectando con un poco de dificultad] ¿es la palabra correcta?

Sí

Es la razón de muchas enfermedades

**¿Qué libro te dio?**

No recuerdo

**Pero cuando lo leíste ¿qué sentiste?**

Me identifique inmediatamente con ese libro y dije: eso es lo que yo tengo, ese libro esta hecho a mi medida, o sea lo sacaron de mi o que porque la gripe, el dolor de cabeza, que si dolor de articulaciones, todo lo que ocasiona era lo que me

estaba pasando. La persona que lo escribió si sabe, si me entiende, pero a la vez yo me identifico con este libro, pero sentí mucha desesperación. Es que yo quiero dejar de leer esto y ya sentirme bien, no tiene caso que por mi cuenta esta leyendo o me estén diciendo: tómate esto o no te lo tomes o tranquilízate y es que son como descargas, como secuencias, como etapa. Te platicaba hace poco de mi sueño, haz de cuenta que se empieza a juntar ese no dormir bien, no dormir, no dormir, hasta que llega un momento en que es insoportable, hasta que una noche completa no te duermo, no descanso y estallo y todo ese día es horrible, no duermo nada, estoy súper alterado, no tengo hambre, no me concentro en lo que estoy haciendo, ya en la noche es cuando duermo, me vuelvo a tranquilizar y otra vez se vuelve a juntar, como descargas, se comprime, en aquel entonces así también era con la enfermedad y la desesperación. Sabes que ahorita tengo gripe, me siento horrible, me siento mal, me duele la cabeza, me duele la garganta, los ganglios se me inflaman, era horrible

**Y seguías yendo normal al trabajo o pedías algunos días o ¿cómo le hacías?**

No, llegaba tarde. Tuve problemas en el trabajo porque llegaba tarde

**¿Por qué llegabas tarde?**

Pues me levantaba sin energías, sin nada, lo cías yo como un robot, no lo hacía yo con gusto, me acuerdo mucho que en platicas de un tema en específico o dar una opción o hacer las tareas del trabajo como un robot, pero lo tenía que hacer, por lo mismo que estaba desvelado, irritado conmigo mismo, me apartaba mucho de mis compañeros, de mi entorno, lo que yo quería era que me dieran mi trabajo y ya, lo que yo tenía que hacer. Yo peleaba porque me mandaran a la calle a trabajar y yo pedía siempre con un compañero, para que el manejara, para mi era tan valioso, tan deseado ese momento, no se media hora, 20, 10 minutos andar en carro y era donde yo podía aprovechar para dormir y despertaba descansado y medaba esa satisfacción que había podido dormir poco y yo siempre buscaba eso

**Y en el trabajo cuando llegabas tarde ¿qué te decían? ¿les decías estoy enfermo? ¿o que?**

Sí también pelee muco con mi jefe porque no entendía, decía: el trabajo es el trabajo y lo demás importa un comino. Todavía me tope con esa personalidad el señor, que hasta la fecha hay cierta fricción. Llegaba tarde y todavía me enfrentaba con mis compañeros, con el jefe en este caso, cualquier cosita yo me acuerdo que sentía que me desmayaba

**Y tu esposa ¿que hacía en este momento que cuando tu estuviste enfermo?. Te cuidaba, te daba el medicamento o te decía siempre estas igual ¿qué pasaba?**

Yo le explicaba cual era la razón y decía que no, que no era posible, que de plano yo ya estoy enfermo. En aquel entonces no la sentía yo muy presta para la ayuda, a veces sentís sus palabra como un ataque constante: es que no estas enfermo. Si estoy enfermo, pero sé que no es normal, yo me conozco, a parte la enfermedad esta actuando, no soy yo, no estoy viviendo mi vida. ¿qué te preocupa? Lo que yo quería era descansar y me dijo que necesitaba hacer mas actividad, pero yo no quería hacer nada, déjenme aquí en la cama y ella: es que te tienes que levantar. Y yo quiero entender el lado positivo de la vida poro no pudo, déjenme solo y me decía: pierdes mucho tiempo aquí y sí yo perdía mucho tiempo pero no quiero saber de nada de nada, me decía: estas perdiendo tu tiempo, tu



vida, sí lo sé pero déjenme así, déjenme no pensar en nada, que este de flojo, de perezoso, según ustedes, yo lo que quería era descansar

**Pero no pensabas en que podías por ejemplo en que podías perder tu empleo?**

Sí, de hecho eso me lo dijo una doctora de ahí del Seguro social. Yo iba a cada rato porque se me subía la presión y me sentía muy mal

**Ya empezaste a tener complicaciones**

Sí, no dormir, se me subía la presión y otras cosas por ahí que no recuerdo o simplemente mucho malestar físico. Se siente uno mal, adormecido, entorpecido, ensordecido. Fui con esa doctora ahí del trabajo, al otro edificio y ahí me estaba poniendo muy pálido y entro y me da la consulta y me está cuestionando que como me llamo, que cuantos años tengo, que hago en mi área, nada más de verme dice: usted viene mal, pero viene muy pero muy mal, no lo quiero alarmar pero bien mal y le digo: si me siento mal. Pero usted viene enfermo ¿cómo me dijo? Emocionalmente algo así. Le digo: es que yo me siento mal, pero es que es por una reacción, todo tiene un porque y es otra vez donde sentí como un consuelo el que me digan que estoy mal y me dijo: ¿desde cuando tiene esos problemas? De hace 4 años que te digo, yo tendría 2 años tal vez, dos años promedio. Me empieza a ver, a checar la presión, me empieza a revisar y me mandó nos sedantes, me dijo que no me podía mandar otra cosa por problemas así, así que me mandó sedantes para que este más tranquilo, y me dijo que tenía problemas, una persona que nunca había visto y me dijo: si usted no se atiende, por lo que me dice usted va a tener problemas en su trabajo y si usted no mete eso en control, así es como empieza, de lo más mínimo, cuando usted menos se da cuenta usted ya va a faltar, de plano usted se va a ausentar por días, semanas, o hasta puede esconderse en otros vicio, en el alcohol, si usted no atiende esta situación déjeme decirle sinceramente que usted es otro candidato a perder su trabajo. Entonces si me asusté bastante.

**Ya era el trabajo, por algo que aparentemente era sencillo pero se fue complicando**

Así es

**¿En ese momento emocionalmente como te sentías?**

Me sentía como el ser más insignificante y no le veía nada de chiste a la vida, un propósito por el vivir, algo de energía, de plano era un robot, salía comer porque de plano sabía que tenía que comer, pero no me daba hambre, de hecho yo llegué a pesar 60 kilos cuando ahorita mi peso es de 72 kilos

**Estabas muy delgado**

Llegue a pesar 60 kilos, me mareaba si salía yo a la calle o el lugar donde estuviera, yo me sentía perdido, permitía que todo mundo me insultara, no me defendía, una autoestima, creo que ni existía la palabra autoestima, creo que no valía la pena, lo digo así exagerado, pero así lo viví

**Sí, así lo sentías**

Era nada, era nada, no valía, me sentía tachado principalmente por mí mismo, me sentía como sentado como en el banquillo de los acusados por todo mundo y en todos los campos, desde matrimonio, nivel social, como le puedo decir, religión, yo sentía que era el peor, me sentía el peor, eso me llevaba a conductas anormales, me acuerdo que a veces yo trataba de ponerme como blanco, como un objeto en

la mira que tanto me cuesta si estoy causando problemas a la sociedad, yo estoy mal conmigo mismo, estoy causando problemas en mi casa, estoy causando problemas a mi familia, estoy causando problemas en mi trabajo, a mis compañeros porque no rindo lo de ello, no jalo parejo, estoy causando problemas a ... en este caso a los Testigos porque me tienen que estar atendiendo que si no voy a las reuniones, que si el servicio, que si no hago oración, o sea estoy causando una serie de problemas que el aquel entonces yo me quería poner como objeto, como blanco, en la mira, pues que me cuesta estrellarme con el carro, algo seguro y así dejo de dar problemas, porque son puros problemas los que estoy acarreado, porque ni sirvo bien a Jehová ni nada ni en la casa responso como debe de ser, ni con la familia

**¿Tu familia que te decía cuando te veían enfermo?**

Siempre fueron de las personas de las que tuve el apoyo, siempre me tranquilizaron, pero yo era muy cerrado, yo no les quería dar a mostrar o decir cuales eran mis problemas, cual era la razón y ellos pensaba que era el exceso de trabajo y yo me embotaba en mi trabajo porque no quería estar porque no quería llegar a donde había partido.

**¿Por qué dices que querías ponerte como un blanco? ¿por qué no lo hiciste?**

yo creo que por falta de valor, por falta de valor aunque a veces me sentía yo ridiculizado conmigo mismo ¿qué tipo de hombre? Lo quieres pero no lo haces, si tuvieras pantalones ya lo hubieras hecho, eso es falta de valor, eres coyón, yo creo que tal vez si

**¿Lo pensaste muchas veces?**

Lo pensé muchas veces, pero dentro de eso hay algo que a mi me sostiene y a la fecha, que aprendí que yo no tengo que andarle demostrando a la gente la forma en la que yo crea en Dios ¿no? Aprendí eso, que pendo un hilo muy delgado, pero yo sé que existe, eso también, mi familia, mi madre, mis hermanos, si me quieren mucho, tengo sobrinos, ellos me quieren mucho, y a mi me gustan mucho los niños, a mi edad me siguen gustando mucho los niños

**¿Por qué no haz tenido bebes o no pensaron o no quería?**

Al principio fue un arreglo de dos, o sea que después se expuso, a mi me gustan y a ella no. A veces no es que me lo diga rotundamente no o sí, pero te das cuenta en el comportamiento de la persona y como que te queda un temor y aparte mas que nada, muy aparte de eso yo lo que pienso que es una cadenita que los problemas se los pasa uno a los de atrás, se les pasa la factura, y el problema a final de cuentas empieza por los adultos, pero quien absorbe otro y se le queda todo es a los niños, yo he escuchado que sobresalen con o sin papá o mamá, según el caso, pero no es cierto, se acarrear muchos trastornos, no creo y por eso.

**Eso que me platicas de que de hace 4 años que se te agudizó la enfermedad a la fecha ha habido cambios?**

Sí

**¿Cómo han sido? ¿para mejorar o han empeorado?**

Para mejorar mi punto de vista en cuanto a la vida, para empezar de donde partimos, ya no me enfermo tanto

**¿A qué crees que se deba?**

A que yo siempre quise cambiar , mi punto de vista ha cambiado, que ya acepto que es lo que me acarrea un problema no atendido, estrés, eso, el otro creo mas firme, aunque no actúo, pero creo de una forma mas firme en Dios, me siento mas seguro. A final de cuentas sé que tengo que demostrarlo en el servicio, en las reuniones, es la única forma, mana mas que me cuesta mucho, me esta costando trabajo, no es fácil, porque me desasocie y puedo decir que sigo desasociado. Otra hablar por teléfono a mi familia es la forma que mas me ha ayudado, al ver a mis sobrinos, al ver a niños en la calle, no me refiero a los de los semáforos, o tal vez de esos, es una oportunidad y creo que tengo el derecho

**¿Cuál es la emoción que domina la mayor parte del tiempo en ti?**

De... pues de... yo creo que de tristeza, de desesperación, de tristeza

**¿Qué te hace sentir triste?**

Es que son varias, es que no soy muy expresivo, no tengo tanta facilidad

**¿Siempre te ha costado trabajo expresar lo que sientes?**

Sí, bueno, sí, yo creo que sí

**Tu te percibes como una persona poco expresiva, pero ¿cómo crees que te perciban los demás?**

Igual, porque así en platicas me dicen que soy muy serio y que soy muy enojón

**¿Eres enojón?**

No, no me considero enojón, lo que pasa que yo expreso, bueno, expresaba lo que sentía y decía las cosas tal y como son, aunque siempre calculando no lastimar

**Y ¿por qué dejaste de serlo?**

Pues empecé a auto castigarme

**¿Por qué?**

Porque empecé a esperar una justicia, siempre poniendo a los demás por delante y al último yo, por tratar de ver a una persona optaba yo por dejarme atrás y si yo percibía que le faltaba algo y o se lo daba, yo siempre me sentía con energías, de yo aguanto, hasta cierto punto, pero creo que eso me hizo daño. Callarme al no ver algo de respuesta de la otra persona

**¿Cómo son tus relaciones afectivas con los demás? ¿eres cariñoso, te dejas querer, te gusta que te apapachen, o no, eres seco?**

Soy cariñoso, pero cuando ya me hacen mucho daño ya rechazo a la persona

**¿Qué te causa daño la persona o a la persona?**

La persona, ciertas cosas que causaron daño, es un decir por ejemplo que me diga te quiero o algo así, en su momento llega a cansar pero ahí queda, pero ya cuando hay cosas anormales, se te humilla o se te menosprecia, se te deja solo, se te insulta, ese si es un rechazo total, es una humillación y no es que yo sea delicado o sentido, creo que lo digo eso con toda la seguridad, porque yo he aguantado mucho y de varias personas a las que estimo y he aguantado mucho y he llegado a meter las manos al fuego, me he llegado a meter en problemas fuertes, y lo seguiría haciendo porque a final de cuentas hay gente que me estima todavía, me sigue viendo, me habla por teléfono, y eso me hace seguir siendo normal y hasta me hace sentir mas motivado. Pero cuando tu haces algo sin esperar nada a cambio y lo haces de una forma que es amorosa y tratas de levantar a alguien o simplemente a pedirle la ayuda y a veces llegas a sentirte..., aunque te repito no esperas nada a cambio, bueno sí esperas para ser sincero, tal

vez un gracias, o un pequeño agradecimiento, no que yo espero que me pasen la factura o favor con favor se paga, sino que simplemente si esperas algo de esa persona, tal vez un gracias o una muestra de agradecimiento, pero cuando realmente no ves eso, te empieza a lastimar y todavía no lo soporto o lo olvido o perdono, no hay problema, a final de cuentas yo no lo hice cantando las cosas o esperando algo, pero cuando si se les olvida lo que tu hiciste, de la forma en que uno se quitó de si mismos, dejó uno pasar cosas muy especiales por aquella persona y esa persona todavía pasa encima de ti, yo creo que ya no, yo creo que todo tiene un límite. Y escuchas que esa persona si se da su lugar, o no le perdona a fulanito o sutanito, y esa persona no es capaz de perdonar y si se pone en primer lugar, entonces es cuando yo volteo y digo: ¿qué papel estoy jugando ahí? Entonces es cuando empiezas a rechazar, a rechazar a esa persona, a ese sentimiento

**Y en tus relaciones de pareja ¿cómo has sido, de noviazgo y ahora de pareja, eran buenas, estables, problemáticas?**

Es un punto que lo tengo lo conozco pero sigo yo viendo no la apariencia, sino el respeto. Voy a esto, como han sido, yo creo que han sido respetuosas, han sido también destructivas, hubo también ese enamoramiento, pero también hubo ese amartelamiento, aferrarse a lo que no puede ser, y no quiere decir que no ames, amas pero yo creo que no es la persona idónea, yo lo veo con esa claridad y diría o estaría yo poniendo a alguien culpable de mis desgracias o de cómo me siento.

**Pero eran relaciones de dependencia o relaciones de que no me importa lo que hagas o cuando me harte de te cambio?**

No, de dependencia, relaciones de dependencia, por la necesidad. Si te platique un poco de mas o menos como viví mi infancia, entonces que mas que tener a alguien a quien quieras, a quien ames, te ame, te sientas a gusto, te ayude, que sabes que no eres perfecto, pero estas echándole ganas, pero también llevas arrastrando cosas y siempre esperas una corrección y algo que te motive, que te guíe, que tu también estés dispuesto a guiar y yo creo que eso es una relación, una segunda educación, no es la que recibes en casa, sino que recibes de tu pareja, alguien con quien puedas platicar, sacar muchas cosas, que haya superación. Si estas abajo te echa la mano y te sube, a rato esa persona cae, la ayudas y tienes problemitas, problemas, problemotas, pero precisamente hay algo que te motiva a estar sobresaliendo, de eso se trata. Pero otra cosa son problemas anormales. Esa fue la necesidad de una pareja, pero también si la quiero, la amo, en aquel entonces, había cosas que yo no toleraba verme y ahora ya.

**Por lo que tu me dices entonces ese cariño que de repente necesitabas con tu familia o que tu familia no te lo pudo proporcionar ¿era el que buscabas en una pareja?**

Lo quería yo buscar en una pareja

**¿Te sentiste alguna vez correspondido, o generalmente no?**

Sí, en mi vida sentí eso, sentirme correspondido

**¿Actualmente te sientes así?**

Es triste decirlo porque trata, trata. Pero luego trata, pero luego me doy cuenta que lo que yo razono, lo que me ha pasado a través de todo este tiempo, siento que es

como un engaño o una necesidad moral de dejarla, no lo dudo, pero también por cierto amartelamiento, retener.

**¿Crees que te retiene ya mas por una obsesión que por quererte?**

Sí porque realmente cuando tu amas a alguien, tu amor es, es puro y sincero [ríe] no tan exigente, cuando hay amor...

**Cuando hay amor del bueno**

Así nada mas, yo creo que lo menos que haces es causar daño, es lo menos que haces cuando realmente amas, cuidas, cuidas, educas, das libertad no libertinaje, el amor es para bien, es altruista, tratas de ver progresos, iniciar cosas juntos, pero principalmente cosas del corazón, trabajas juntos emocionalmente, espiritualmente, no sé, pero cuando no es así se enfoca uno al exterior. Ahora de lo que yo siempre he estado en contra cuando alguien dice o acepta el error, para mi es imposible, para mi no prometan lo que no van a cumplir, entonces para mi las promesas son un aliciente, pero realmente la realidad para mi es otra, mejor es empezar con poquito, pero eso de que vamos a partir de cero y que aquí nada ha pasado, no. A veces creo que es mejor notar un cambio y trabajar

**¿Eres rencoroso?**

Me he hecho algo rencoroso, antes no. O yo me aferro y dogo que no soy . a veces me vienen ratos en los que digo: me estoy comportando muy, muy rencoroso, por mi actitud, no es que yo lo diga, mi comportamiento lo empieza a expresar, y digo: si, si soy rencoroso, pero luego razono y me doy mis tiempos conmigo mismo y creo que olvida, siento yo que olvido ese rencor, por humildad y no me fijo. Últimamente he estado razonando así, trato de decir las cosas y no estar engañándome y tomar una actitud que no es mía, que se que algo me esta motivando a que me porte de una forma no apropiada. Entonces ahí es cuando siento que soy rencoroso, pero cuando siento que no estoy trabajando y soy rencosoro, mejor quito esa actitud y trato de solucionar mis problemas y creo que mas predomina que no soy rencoroso. Porque a final de cuentas no actúo, no arremeto contra la persona.

**Mejor te lo quedas**

Sí, exactamente y puedo seguir brindando mi ayuda

**Hablemos de la comida ¿qué eso que mas o menos acostumbras a comer?**

Yo siempre trato de hacer mis comidas bien, lo que es la sopa, el arroz y un guisado, y cuando son guisados que no sean muy irritantes

**¿Tienes gastritis?**

Sí , si la tengo. A veces yo digo ya comí muchos irritantes, ya comí mucha carne, entonces sin que nadie me diga, es curioso, pero sin que nadie me diga yo trato de cuidarme y si siento que comí muchas cosas irritantes, carnes, en la calle antojos, mi mismo cuerpo lo resiente, me siento pesado, empiezo con la gastritis, entonces lo que hago, le corto instantáneamente y le corto, le cambio, la sopa, el arroz y una ensalada o a veces una ensalada, o si era un refresco, que el refresco no lo suelo tomar mucho, entonces un jugo o agua simple o agua de sabor, pero también llega un momento en que me aburro de esa comida y digo: ahora si como que me cuidé mucho ahora si como que merezco, ahora me quiero descuidar, quiero unos tacos, quiero algo bien condimentado, pero no es de una semana, es de dos o tres días y vuelvo a lo mismo a cuidarme, y así hasta con mis compañeros

**Cuando estabas enfermo, muy enfermo ¿comías algo en especial?**

Sí, sí, yo creo que yo solito hacía mis dietas sin que nadie me dijera

**¿Qué comías?**

Eran las ensaladas, que si brócoli, lechuga eran muchas ensaladas

**Y ¿por qué la cambiaste?**

Porque yo sentía que me estaba intoxicando con la comida cuando estaba enfermo y trataba de cuidarme, de desintoxicarme, de comer lo mas sano que yo pueda, era algo así que se me veía inmediatamente

**Tratar como de remediar la situación por medio de la comida**

Que por cierto llegué a descompensarme por ser tan, tal vez por tratar de hacer una comida tan naturista. Quitaba yo las grasas totalmente y resulta que cuando voy al médico y me hago un análisis de sangre resulta que el colesterol bajo. El doctor me decía para que lo entiendas: existen dos tipos de colesterol, el colesterol bueno y el malo y el colesterol de los dos tipos estaba muy bajo. Me dijo que los desayunos uno huevos con tocino, trata de comer grasas naturales, no con eso te quiero decir que te vayas al puesto de tacos de la esquina, aumenta tus ingestas de grasa que sean naturales como tocino, huevo, aguacate, tus guisaditos, que les pongan aceite

**¿Cuál es tu sabor preferido?**

¿cómo?

**¿El dulce, el picante, el salado, el agrio?**

Yo creo que el dulce

**Otra cosa, hay un órgano en particular además de la garganta que cuando estas enfermo que te duela?**

Los oídos y las articulaciones

**¿Te duelen las articulaciones?**

Sí, articulaciones o músculos, cuando estoy tenso o bajo estrés la música no la oigo bien, no diferencio ni los sonido y como que amanezco como que muy apretado y ando tronando, me duelen los músculos sin haber hecho ejercicio, sin haberme golpeado, siento mucha presión en la mandíbula

**¿Algún sueño o pesadilla recurrente que tengas?**

Como que no quiero aceptarlo, pero sueño mucho con el trabajo. Sueño son el trabajo, sueño mucho con las camionetas de la empresa.

**¿Las vas manejando o las ves?**

Estoy en ellas, las estoy manejando, y a parte de eso, estoy lejos de la casa y descanso , bueno, no descanso, pero que bueno que estoy lejos de la casa

**¿Te sientes tranquilo?**

Han ido bajando porque yo a esa área yo llegué mal, el ambiente es pesado, empezaron las bromas, no rendía yo lo que debería de ser, me la pasaba durmiendo, tenía un genio muy agresivo, de todo me ofendía o de plano no respondía, pero nunca daba una respuesta apropiada, entonces yo sentía que todos me veían mal y ahorita que estoy mucho mejor digo: no, no es así, era yo, no es cierto, de mis compañeros ahora identifico, pero antes decía son todos. Entonces yo creo por eso soñaba mucho

**¿Te sentías agredido?**

Si

**¿Nada mas por ellos o por la gente en general?**

También. Luego yo viajaba y yo no quería porque yo me sentía enfermo y yo no la hago, me daba mucho sueño en carretera, te mal pasas, no comes a tus horas, estas comiendo en la calle, era horrible, y estoy tal lejos, ya quiero llegar a la casa, pero a la vez descansaba. Aquí me enfoco en mi.

**¿Cuándo te sentías así, tan mal, tan agobiado, tan enfermo físicamente, alguien además de los médicos les comentabas tu malestar? ¿algún amigo, amiga, algún hermano que agarraras de confidente, cuñada, primo, sobrino?**

Una amiga le comentaba, por lo regular era mas fácil que lo interpretara por mi carácter, por mi semblante, mi conducta a que yo le dijera y en aquel entonces yo lo trataba de expresar era aquí en la casa mi esposa. Pero me sentía como agredido, no encontraba las palabras correctas, yo mismo yo creo por mi condición daba a entender lo contrario

**¿Por qué no querías decirlo?**

Iba a sonar que soy como el oprimido, el delicado y yo cuando expresé por primera vez que me sentía mal, yo necesitaba conversar y con quien mas que con mi pareja que es la inmediata y llegaba a momentos de angustia que se empezaron por no haber comunicación, por no haber un propósito, por no visualizar que se quiere en el matrimonio, a donde vamos, ahora si yo traía varios problemas como todos, necesidades, decir: échame la mano, ¿qué puedo hacer?, hasta que llega un momento en que le dije: me siento mal, creo que si necesito ayuda, necesito ver a un psicólogo. Lo llegue a decirlo unas 4 veces y hasta decir que pues yo me quería quitar la vida, y me lo dijo así abiertamente y me lastimó mucho lo que me dijo, que los psicólogos son para la gente trastornada, enferma, gastadera de dinero, es la gente peor que pueda existir, que el que esta sano solo acude a sus reuniones, Biblia en la mano y es la persona mas sana. Así me dijo literalmente, que si yo creía en eso pues que adelante, no podía yo contar con esa persona. Entonces si estaba yo mal, para que alguien responda a un loco el otro también tiene que estar loco, que eso es una persona cuando va al psicólogo. Un psicólogo es una persona loca y lo mismo que el que lo solicita. Y ahorita ya se disfrazan las palabras para que cambie. Necesitaba verme en esta condición para cambiar el punto de vista, pero pues es feo

**¿Ya no le volviste a expresar?**

Ya no, también llegue a expresar ese deseo de quitarme la vida. y que falta de eso, de pantalones, que poco hombre y que si lo hago lo tengo que hacer y que deje de estar jodiendo, y palabras literales, que qué poca confianza en Jehová, que qué clase de Testigo soy. Que soy alguien que no sirve a Jehová ni nada, que no sirvo para ser testigo, que no soy candidato, y ahí fue cuando me cerré y hay otras cosas que creo que no se le hacen a un ser humano. Y ahí es cuando dije ¿amas? Si amas a tu pareja yo creo que no se le hace eso, pero cada quien tiene su concepto y es difícil hacerlos entender, es muy difícil, y luego aparte hay gente que pone su barrera. Aquí yo ya no voy a permitir ser lastimado

**Mejor te guardaste tus sentimientos y todo eso que tenías**

Aparte de eso te lo tragas

**¿Te lo has tragado todo este tiempo?**

Yo creo que si, te lo guardas, repito, yo no me considero un santo, yo tengo errores y muchos, pero siempre iba en busca de soluciones, alguien que me ayude, no que me solape, sino quien me ayude y poder ayudar, sacar cosas

juntos, eso a mí si me aplastó, me destruyó mis buenos propósitos. Cosas que yo hice que me quité de mí por ver a esa persona bien, meterme fuerte, ahora me siento vacío, ahora si me corresponde, pero el fondo es otro, no hipócrita pero no tengo que andar demostrando a la gente lo que no soy. En lo particular es mi estilo de vida y si a mí me ha funcionado no tengo porque modificarlo ni tengo porque darle a saber a la gente mi propósito de que si amo a Jehová y salir, si yo a alguien le platico de mi religión, lo hago muy aparte, no que me esconda, pero cuando se da el momento, vaya yo manejando con mis compañeros, en la calle yo lo hago, no cumplo con horas, pero si me sale del corazón compartir eso, si me sale del corazón defender ese nombre, si me sale, no tengo porque andar haciendo mar de lo que no puedo o de lo que no siento

**O lo que los demás quieren que hagas.**

**Yo ya terminé, algo que quieras agregar**

No, bueno, sé, antes que nada y sin querer queriendo ya lo estoy contando, siento que me salgo de ese camino que yo me proyecté. No quiero yo dar a entender y creo que así lo estoy demostrando que soy quejoso, yo siento que no es así, yo siento que lo que estoy diciendo tengo mis bases y las puedo sustentar desde el punto que se busque, bíblicamente si es así, no tengo que esconderme, o que tenga que decir frente a un anciano, lo digo y lo sostengo y también de la gente que me rodea.



## ANEXO4

### CUADRO COMPARATIVO

Sujeto	Pseudónimo	Sexo	Edad	Estado Civil	Ocupación	Escolaridad Máxima
1	Hija única	Mujer	9	Soltera	Estudia	Primaria
2	Afligida	Mujer	19	Soltera	Trabaja	Preparatoria
3	Rebelde	Mujer	22	Madre Soltera	Estudia	Licenciatura
4	Quejumbrosa	Mujer	22	Soltera	Estudia	Licenciatura
5	Imperdonable	Mujer	24	Soltera	Estudia	Licenciatura
6	Relegada	Mujer	27	Soltera	Trabaja	Licenciatura
7	Culpable	Mujer	27	Casada	Ama de casa	Secundaria
8	Chillona	Mujer	31	Casada	Ama de casa	Preparatoria
9	Falta de cariño	Mujer	32	Casada	Ama de casa	Secundaria
10	Solitaria	Mujer	32	Casada	Ama de casa	Secundaria
11	Tímida	Mujer	38	Casada	Ama de casa	Licenciatura
12	Alegre	Mujer	40	Casada	Trabaja	Secundaria
13	Comelona	Mujer	48	Casada	Ama de casa	Primaria
14	Sin descanso	Mujer	50	Madre Soltera	Trabaja	Primaria
15	Trágica	Mujer	51	Casada	Trabaja	Primaria

16	Enojón	Hombre	13	Soltero	Estudia	Secundaria
17	Indiferente	Hombre	19	Soltero	Trabaja	Preparatoria
18	Independiente	Hombre	21	Soltero	Trabaja	Preparatoria
19	Raro	Hombre	24	Soltero	Trabaja	Licenciatura
20	Sobreprotegido	Hombre	25	Soltero	Estudia	Licenciatura
21	Cariñoso	Hombre	25	Soltero	Hogar	Primaria
22	Consentido	Hombre	26	Soltero	Trabaja	Licenciatura
23	Violento	Hombre	32	Casado	Trabaja	Secundaria
24	Abandonado	Hombre	32	Divorciado	Trabaja	Secundaria
25	Reclamón	Hombre	35	Casado	Trabaja	Preparatoria

Sujeto	Residencia Actual	Lugar de origen (nacimiento)	Tipo de Vivienda	Lugar que ocupa en la familia	Número de Hijo
1	Coacalco	Edo. de México	Propia	Hija	Única
2	Coacalco	Edo. de México	Propia	Hija	1a de 3
3	Cuautitlán	Edo. de México	Propia	Madre	3a de 3
4	Coacalco	Distrito Federal	Propia	Hija	2a de 4
5	Huixquilican	Distrito Federal	Rentada	Hija	1a de 2
6	Coacalco	Edo. de México	Propia	Hija	1a de 3
7	Naucalpan	Edo. de México	Prestada	Madre	4a de 4
8	Coacalco	Edo. de México	Propia	Madre	2a de 3
9	Naucalpan	Edo. de México	Rentada	Madre	1a de 4
10	Coacalco	Edo. de México	Propia	Madre	4a de 5
11	Tlalnepantla	Distrito Federal	Propia	Madre	3a de 5
12	Ecatepec	Tlaxcala	Propia	Madre	1a de 3
13	Coacalco	San Luis Potosí	Propia	Madre	3a de 8
14	Huixquilican	Michoacán	Rentada	Madre	3a de 6
15	D.F.	Distrito Federal	Propia	Madre	3a de 3

16	Coacalco	Edo. de México	Propia	Hijo	2o de 2
17	Tultitlán	Edo. de México	Propia	Hijo	4o de 5
18	Coacalco	Distrito Federal	Rentada	Hijo	3o de 3
19	D.F.	Distrito Federal	Propia	Hijo	7o de 7
20	Tlalnepantla	Edo. de México	Propia	Hijo	4o de 4
21	Coacalco	Distrito Federal	Propia	Hijo	2o de 2
22	Coacalco	Edo. de México	Propia	Hijo	2o de 2
23	Naucalpan	Edo. de México	Rentada	Padre	2o de 4
24	Coacalco	Distrito Federal	Propia	Padre	2o de 5
25	Coacalco	Distrito Federal	Propia	Esposo	5o de 6

Sujeto	Familia de Origen	Religión	Años del padecimiento	Alguien mas de su familia tiene el mismo padecimiento
1	Biparental	Testigo de Jehová	4 años	si, su madre
2	Monoparental	Testigo de Jehová	8 años	no
3	Biparental	Católica	16 años	sí, su hija y su padre
4	Biparental	Testigo de Jehová	15 años	sí, su hermano y madre
5	Monoparental	Católica	20 años	sí, su mamá y hermano
6	Biparental	Católica	9 años	no
7	Monoparental	Católica	5 años	sí, sus hermanos y sus primos
8	Biparental	Testigo de Jehová	25 años	sí, su hija
9	Monoparental	Católica	20 años	si, sus hermanos y sus primos
10	Biparental	Testigo de Jehová	10 años	sí, su hijo
11	Monoparental	Católica	4 años	no
12	Monoparental	Católica	25 años	no
13	Biparental	Católica	40 años	si, su hermano
14	Monoparental	Católica	50 años	sí, sus hijos
15	Monoparental	Cristiana	10 años	no

16	Biparental	Ninguna	8 años	no
17	Biparental	Ninguna	12 años	no
18	Biparental	Testigo de Jehová	15 años	sí, su hermana
19	Biparental	Ninguna	5 años	no
20	Biparental	Ninguna	11 años	no
21	Biparental	Testigo de Jehová	24 años	no
22	Biparental	Católica	21 años	no
23	Monoparental	Católica	6 años	sí, sus hermanas y sus primos
24	Biparental	Ninguna	27 años	no
25	Monoparental	Ninguna	30 años	si, su hermana

Sujeto	Porque cree que se enferma	Cómo se percibe sano/enfermo
1	Cambios de estación/contaminación	Enferma
2	Cambios de temperatura/menstruación	Enferma
3	Emocional	Enferma
4	Normal/emocional	Enferma
5	Cambios de clima/emocional	Sana
6	Normal	Enferma
7	Normal/contaminación	Enferma
8	Sobreprotección	Sana
9	Descuido	Enferma
10	Defensas bajas/menstruación	Enferma
11	Defensas bajas/depresión/falta de apéndice	Sana
12	Por ser fumadora pasiva	Sana
13	Desde que le dio sarampión/contaminación	Enferma
14	Alimentación deficiente/descuido/cambios de temperatura	Enferma
15	Emocional	Enferma

16	Desde que le dieron paperas	Sano
17	Cambios de clima y defensas bajas	Sano
18	Cambios de clima/defensas bajas/sobreprotección	Sano
19	Emocional	Sano
20	Emocional	Sano
21	Contaminación	Enfermo
22	Sobreprotección	Sano
23	Contaminación	Sano
24	Contaminación	Enfermo
25	Emocional (depresión)	Enfermo

Sujeto	Otros Padecimientos	Factores de riesgo
1	Piel (Vitiligo)	no
2	Niega otros padecimientos	no
3	Papiloma, Gastritis	no
4	Piel (acné), Gastritis	no
5	Colitis, gastritis	no
6	Niega otros padecimientos	no
7	Niega otros padecimientos	Fumó varios años
8	Várices	Fumó varios años
9	Obesidad, presión alta	no
10	Alergias	no
11	Nervios, depresión	no
12	Niega otros padecimientos	no
13	Dolores articulares/gastritis/infección renal	no
14	Problemas hepáticos	no
15	Obesidad/bronquios	no

16	Gastritis, estreñimiento, presión alta	no
17	Niega otros padecimientos	fuma
18	Niega otros padecimientos	no
19	Piel (descamación), gastritis, presión alta	no
20	Gastritis	Fumó por 13 años
21	Niega otros padecimientos	no
22	Niega otros padecimientos	no
23	Niega otros padecimientos	fuma
24	Gastritis, presión alta, depresión, infección renal	Tipo de trabajo
25	Gastritis, presión alta, depresión, insomnio	no

Sujeto	Problemas escolares	Problemas de pareja	Intento suicida	Mejor relación
1	no	no	no	Madre
2	no	si	si	Madre/Abuela
3	no	si	no	Hija
4	no	si	si	Hermana
5	no	si	no	Amiga
6	no	si	no	Hija
7	Secundaria inconclusa	si	no	Padre
8	Ha dejado la escuela en varios periodos	si	si	Padre
9	no	si	no	Abuela
10	no	no	no	Esposo
11	Se tituló 15 años después de terminar su carrera	no	no	Hijo
12	no	no	no	Esposo
13	no	no	no	Hijo
14	Primaria inconclusa	si	no	Hijo
15	no	si	no	***

16	Bajo aprovechamiento escolar	no	si	Madre
17	Licenciatura inconclusa	no	no	Hermana
18	Ha dejado la escuela en varios periodos	no	no	Hermano
19	No se ha titulado desde hace 3 años	si	no	Padre
20	Ha dejado la escuela en varios periodos	si	no	Madre
21	Primaria inconclusa	no	no	Madre
22	No se ha titulado desde hace 4 años	no	no	Hermano
23	Secundaria inconclusa	si	no	Madre /Abuela
24	Acaba de terminar la secundaria hace un año	si	si	Hijo
25	Preparatoria inconclusa	si	si	Padre

Sujeto	Peor relación	Sabor favorito	Tipo de relación	Emoción que lo domina	Menstruación
1	Padre	Dulce	Órgano-Emoción	Alegría	Aún no presenta menarca
2	Tíos	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza	Abundante
3	Padre	Picante	Emoción-Órgano	Tristeza, Ira	Abundante
4	Padre	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza	Abundante
5	Hermano	Dulce	Emoción-Órgano	Ira, tristeza	Irregular y abundante
6	Padre	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza, Ira	Abundantes
7	Madre	Salado	Emoción-Órgano	Ira, tristeza	Irregular y abundante
8	Madre	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza, Ira	Abundante
9	Padre	Dulce	Emoción-Órgano	Ira, tristeza	Abundante
10	***	Dulce	Órgano-Emoción	Tristeza	Abundante
11	Esposo	Dulce	Órgano-Emoción	Ira	Normal
12	***	Dulce	Órgano-Emoción	Ira	Irregular y abundante
13	***	Picante	Órgano-Emoción	Alegría	Abundante
14	***	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza, Ira	Normal
15	Esposo	Dulce	Emoción-Órgano	Ira, Tristeza	Abundante

16	Padre	Dulce	Emoción-Órgano	Ira, Tristeza
17	Padre	Dulce	Órgano-Emoción	Ira, Tristeza
18	****	Dulce	Órgano-Emoción	Alegría
19	Novias	Dulce	Emoción-Órgano	Amargado
20	***	Salado	Emoción-Órgano	Tristeza
21	***	Dulce	Órgano-Emoción	Alegría
22	***	Dulce	Emoción-Órgano	Ansiedad
23	Padre/Abuelo	Dulce	Emoción-Órgano	Ira, Ansiedad
24	Madre	Picante	Emoción-Órgano	Tristeza, Ira
25	Esposa	Dulce	Emoción-Órgano	Tristeza

## BIBLIOGRAFÍA

- 📖 Acevedo, D. V. *Qué es y cómo actúa la homeopatía*. Michoacán México, Médicos Eclécticos, 1990.
- 📖 Ausband, J., *Enfermedades del oído, nariz y garganta. Guía para el médico general y el otorrinolaringólogo*, México, Manual Moderno, 1978.
- 📖 Baca Milán, T. *Sugerencias para una buena nutrición*. México. CEAPAC ediciones, 2004
- 📖 Barnet, I., *El universo y el doctor Einstein.*, México, Fondo de cultura Económica, 1982.
- 📖 Baytelman, B., *De enfermos y curanderos. Medicina tradicional en Morelos.*, México, Instituto Nacional de antropología e Historia, 1986.
- 📖 Benítez Grobet L., Monrroy Nasr Z., et al. *Reflexiones en torno a la ciencia de René Descartes.*, México, UNAM, Serie ensayos y Estudios No. 10, 1993.
- 📖 Calderón, B, M. *Me siento como calabaza hueca: efectos psicosociales en las mujeres con cáncer cérvico uterino*. Tesis Maestría. UNAM, Facultad de psicología. México, 2000.
- 📖 Carrillo Ferrari, I. *Influencia del diagnóstico en la actitud de los padres en los niños down*. Tesis de licenciatura. UNAM, Iztacala, 1994.
- 📖 Capra, F., *El punto crucial. Ciencia, sociedad y cultura naciente.*, Argentina, Estaciones, 1996.



- 📖 Chimal Olvera, S., *Microbiología de amigdalitis crónica.*, Tesis de Postgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1992.
- 📖 Corvera, B.J., *Otorrinolaringología elemental.*, México, Ed. Francisco Méndez Cervantes, 1977.
- 📖 Cottingham, J. Tr: Laura Benitez G., *Descartes.*, Facultad de Filosofía y Letras, México, UNAM, 1995.
- 📖 Díaz, J., *Psicobiología y conducta. Rutas de indagación.*, México, Fondo de Cultura Económica, 1989.
- 📖 Evans, D. Tr: Pablo Herminda Lazcano, *Emoción. La ciencia del sentimiento.*, España. Editorial Taurus, 2002.
- 📖 Dieter Ulich. *El sentimiento. Introducción a la Psicología.* Barcelona, Editorial Herder, 1985.
- 📖 Doseey, L. *Tiempo, espacio y medicina.*, España, Editorial Kairós, 1986.
- 📖 Durán, A. N. *Cuerpo, razón e intuición.*, México, CEAPAC Ediciones, 2004.
- 📖 Fernández-Martorell, M., *Crear seres humanos.*, En: Pérez-Taylor, R., *Antropología: estudios de medio ambiente y urbanismo.*, México, UNAM, 2002.
- 📖 García A, J. *La Medicina Tradicional China: una alternativa en el campo de la psicología y la salud.* Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2001.

- 📖 Gordillo H, D. *La contaminación atmosférica y el niño asmático en la ciudad de México.*, México, UNAM, Programa Universitario de Investigación en Salud, 1989.
- 📖 Hilton, D. *Trabajar con los padres.* Editorial siglo XXI, México, 1988.
- 📖 Ivker S. R., *Cómo sobrevivir a los problemas respiratorios.*, México, Editorial Diana, 1999.
- 📖 Juárez Arellanes, S. *Una aproximación psicológica de las enfermedades psicosomáticas y del abandono corporal.*, Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2002.
- 📖 Kunkar Kafatti, O. *Indicaciones de amigdalectomía y adenoidectomía.*, Tesis de Postgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1990.
- 📖 Laplantine, F., *Antropología de la enfermedad.*, Argentina, Ediciones del Sol, 1999.
- 📖 Lienhard, M. *La voz y su huella.* Editorial casa de las Américas. La Habana 1990.
- 📖 López Ramos, S., *Historia del aire y otros olores en la ciudad de México (1840-1900).*, México, CEAPAC-Porrúa, 2002
- 📖 \_\_\_\_\_., *Historia de una Psicología: Ezequiel Adeodato Chavez Lavista.*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 1997.
- 📖 \_\_\_\_\_., *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I.*, México. CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002.












- 📖 \_\_\_\_\_, *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II.*, México. Zendová ediciones, 2002
- 📖 \_\_\_\_\_, *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III.*, México. CEAPAC Ediciones, 2003.
- 📖 \_\_\_\_\_, *Zen, Acupuntura y Psicología.*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 1997.
- 📖 \_\_\_\_\_, *Zen y cuerpo humano.*, México, CEAPAC-Verdehalago, 2000.
- 📖 \_\_\_\_\_, *El Zen y las pasiones.* México. Plaza y Valdés, 2000.
- 📖 Luban, P. B. Y cols., *El enfermo psicosomático en la práctica.*, España, Herder, 1997.
- 📖 Luna, Piñuela y Martínez Gutiérrez. *Patrones De Crianza Y Familia.* Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 2000.
- 📖 Lyn Yutang *La importancia de vivir.*, México, Editorial Sudamericana, 2001.
- 📖 Marínez, H. (et al) *Etnografía de la infección respiratoria aguda en una zona rural del altiplano mexicano*, En: Salud Pública Méx, 1997, No. 39.
- 📖 Mercado M. F., y Robles S. L. (comp.) *La medicina al final del milenio. Realidades y proyectos en la sociedad occidental*, México, Universidad de Guadalajara, Asociación Latinoamericana de Medicina Social, 1995.
- 📖 Nesse, R., Williams, G., *¿Por qué enfermamos?.*, México, Grijalbo, 2000.

- 📖 Nicolás, J., *Evaluando la modernidad. El legado cartesiano en el pensamiento actual.*, Granada, Editorial Comares, 2001.
- 📖 Novelo, V. y López Ramos, S., *Etnografía de la vida cotidiana.*, México, Porrúa, 2000.
- 📖 Ohashi Wataru., *Cómo leer el cuerpo. Manual de diagnosis oriental*, España, Ediciones Urano, 1995.
- 📖 Ortiz Quesada, F., *Descartes y la Medicina.*, México, Mc Graw Hill, 2001.
- 📖 \_\_\_\_\_, *La medicina está enferma*, México, Limusa. Colección 'Libros del consumidor', 1991.
- 📖 Pérez Tamayo, R., *El concepto de enfermedad. Su evolución a través de la historia. Vol I.*, México, Fondo de cultura económica, 1988.
- 📖 \_\_\_\_\_, *El concepto de enfermedad. Su evolución a través de la historia. Vol II.*, México, Fondo de cultura económica, 1988.
- 📖 Peñuelas, J., *El aire de la vida*, Barcelona, Editorial Ariel, 1993.
- 📖 Pracy, R., Siegler, J., Stell, P.M., *Oídos, nariz y garganta.*, México, CECSA, 1978.
- 📖 \_\_\_\_\_, *Otorrinolaringología elemental.*, México, Limusa, 1981.
- 📖 Schwarstein, D. Fuentes orales en los archivos: desafíos y problemas., En: *Historia, antropología y fuentes orales. Apariencia y compromiso.*, no. 27, año 2002.

- 📖 Sendrail, M. *Historia cultural de la enfermedad*. Madrid, Espasa-Calpe, 1983.
- 📖 Shopes, L. Diseños de proyectos de historia oral y formas de entrevistar. En: *Historia, antropología y fuentes orales. ¿confiar en la historia?.*, no. 25, año 2001, 3ª. Época.
- 📖 Sigerist, H. *Civilización y enfermedad*. México, Fondo de cultura económica, 1946.
- 📖 Sosa Patrón, G., *Adenoidectomía y amigdalectomía: Estudio comparativo de dos procedimientos quirúrgico-administrativo.*, Tesis de Postgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1986.
- 📖 Téllez-Rojo, M. (et al) *Efectos de a contaminación ambiental sobre las consultas por infecciones respiratorias en niños de la ciudad de México*. En: *Salud Pública Méx*, 1997, No. 39.
- 📖 Thorn, G. W. y cols. *Harrison. Principios de medicina interna.*, México, Interamericana-Mc Graw Hill, 1991.
- 📖 Thorwald, D. Y Rüdiger, D., *La enfermedad como camino.*, España, Plaza y Janés, 1989.
- 📖 Toral Maldonado, P., *Bacteriología de las amígdalas palatinas en pacientes con amigdalitis crónica.*, Tesis de Postgrado. UNAM, Facultad de Medicina, 1991.
- 📖 Turner, S. B., *El cuerpo y la sociedad. Exploraciones en Teoría Social.*, México, Fondo de cultura Económica, 1989.

- 📖 Vicencio Acevedo, D., *Qué es y cómo actúa la homeopatía*. México, Editorial Médicos eclécticos, 1990.
- 📖 Zepeda López, E., *Alteraciones inmunológicas en amigdalitis crónicas y postamigdalectomía.*, Tesis de Postgrado, UNAM, Facultad de Medicina.

## HEMEROGRAFÍA

-  Atalaya 01 de Febrero de 2004
-  Despertad! 8 de Mayo de 1981.
-  ¡Despertad! 22 de Marzo de 1992.
-  ¡Despertad! 08 de Enero de 2004
-  Muy interesante. Año XXI. No. 5. Cuide su boca para evitar otras enfermedades. Por Enrique M. Coperías y Maricarmen López
-  Negocios. Año 11. no. 23. Dios también se ríe. Por Víctor González M.
-  Newsweek en Español Vol 8. no. 32. Alternativas a los antibióticos. Por Barbie Nadeau.
-  Newsweek en Español Vol. 8 no. 43. La fe y la curación. Por Claudia Kalb.
-  Newsweek en Español Vol. 8 no. 47. Diez temas de salud. Por Michael C. Miller.
-  Plan único de especializaciones médicas. Otorrinolaringología. México D.F. 2003. Facultad de Medicina, UNAM. División de estudios de Posgrado e Investigación o subdivisión de especializaciones médicas
-  Revista de la Facultad de Economía UNAM. Número 288. Junio 2000.