



FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES CAMPUS
IZTACALA



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

Gastritis:
Padecimiento orgánico o proceso psicosomático.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN
PSICOLOGÍA

PRESENTA

VIRIDIANA BAHENA GARCÍA

Generación 2002-2005

Asesor
Lic. Arcelia Solís Flores

Dictaminadores
Dr. Sergio López Ramos
Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera.

LOS REYES IZTACALA



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.

*...Cada vez que te sientas perdida, confusa,
piensa en los árboles, recuerda su forma de
crecer. Recuerda que el árbol con mucha copa
y pocas raíces el primer golpe de viento lo arranca
del suelo mientras que en un árbol con muchas
raíces y poca copa, la savia corre con esfuerzo.
Las raíces y la copa deben crecer en igual medida;
debes estar en las cosas y encima de ellas, solo
así podrás ofrecer sombra y refugio, sólo así, en
la estación adecuada, podrás cubrirte de flores
y de frutos. Y cuando frente a ti se te abran
muchos caminos y no sepas cual tomar,
no elijas uno al azar, siéntate y espera.
Respira con la misma profundidad confiada con
que respiraste el día en que viniste al mundo
sin dejarte distraer por nada, espera y vuelve
a esperar.
Quédate quieta, en silencio, y escucha a tu corazón.
Cuando te hable levántate y marcha hacia donde él te lleve...*

Susana Tamaro. Donde el corazón te lleve. México 1999

Agradecimientos.

Mi profundo agradecimiento a aquellas personas que con su relato de vida no solo me permitieron cubrir los objetivos de la presente investigación, me permitieron también un auto conocimiento y comprensión de la responsabilidad enorme que conlleva el estar vivo.

Gracias.

A la Lic. Arcelia Solís Flores

Por compartir conmigo aprendizaje, conocimiento, experiencia y las herramientas para afrontar con responsabilidad cada decisión y acción , porque el aprendizaje que inició en el aula, me ha permitido comprender mi historia y trazar un futuro apoyándome en mi presente.

Gracias.

A Maria Teresa García Quintana

Alejandra Bahena García y

Erick Flores León

Por ser mi aliento, mi apoyo y motivación para finalizar este proyecto, porque sabemos que es tanto suyo como mío, por compartir conmigo las noches de vela, las horas enteras frente a la computadora, los fines de semana de trabajo, por sacrificar tiempos de descanso, pero sobre todo gracias por creer en mí y confiar en que lo lograríamos.

Gracias.

Dedicatorias.

A mi madre

María Teresa García Quintana

*Gracias por tu apoyo por tu ayuda, por alentarme a concretar cada sueño,
por permitirme compartir contigo el esfuerzo para realizar este proyecto,
porque tú eres un gran ejemplo de lucha, de entrega,
porque a pesar del dolor inmenso que has sufrido con la pérdida de la gente
que amas, nunca has dejado de seguir adelante, y de luchar con el corazón.
Te amo.*

A mis hermanos

David Bahena García.

*Siempre he creído que no hay valor más grande que la lucha constante y
ponerle fe a todo lo que se hace, tú eres un ejemplo palpable de ello.
Porque a pesar de las adversidades nunca dejas de intentarlo.
Te amo como el gran amigo que eres y como el hermano que siempre
admiraré.
Porque nunca olvidare ese bello consejo que me das cada vez que logro algo:
“nunca menosprecies cualquier logro por pequeño que creas que sea, recuerda que a
veces sentimos que lo que hacemos tiene el tamaño de una minúscula gota del
inmenso mar, pero el inmenso mar sería menos grande si le faltara una minúscula
gota.”*

Alejandra Bahena García.

*Tu carácter siempre me ha motivado a ser yo misma, sin miedos,
ni prejuicios, admiro tu naturalidad y simplicidad para vivir.*

*Gracias por tu compañía, por lo momentos maravillosos
que pasamos juntas, pero sobre todo gracias por creer en mí
y siempre hacerme sentir orgullosa de ti.*

Te amo

A Erick I. Flores León.

*Gracias por tu tiempo, por tus consejos y apoyo, por llenar mi vida
con tu existencia, por ser mi mejor amigo, mi cómplice, mi luz,
por compartir tus sueños y diseñar juntos los proyectos futuros.
Por crecer conmigo, por confiar en mí, por tenerme una fe increíble,
por enseñarme a amar mi peculiaridad, por saber que cuento contigo
en todo momento , por amarme con libertad y hacerme sentir
con cada mirada, con cada palabra, con cada momento juntos,
lo maravilloso de compartir la vida con alguien.*

Te amo .

En especial quiero dedicar este logro a dos personas por las cuales tengo una profunda admiración:

A mi padre:

Joel Bahena Salgado †

Porque tu ausencia me ha vuelto una persona fuerte y valiente, aunque no deje de extrañarte, tu recuerdo, tu ejemplo y enseñanza están presentes en cada logro, en cada meta alcanzada.

No importa donde estés ahora, siempre estarás en mí y en cada paso, cada cosa que haga estará impregnada un poco de ti.

Siempre estaré muy orgullosa de ti.

Gracias por dejarme elegirte como padre y gracias por seguirme enseñando aun en la distancia.

Te amo

A Juana María Martínez García. †

Siempre admirare tu entereza y capacidad para brillar, tu partida aunque dolorosa, me dio la fuerza para seguir creyendo y para luchar por lo que realmente deseo.

Se que no hay mejor homenaje para una mujer cómo tú, que seguir viviendo y hacerlo con calidad

. Gracias por dejarme conocerte por aprender de ti y por amarte.

Gracias.

INDICE

Resumen.....	9
Introducción.....	10

Capítulo I

1. Concepto de salud y enfermedad, enfoques y definiciones.	15
2. Definición de Gastritis desde el enfoque de la medicina alópata.	22
2.1 Etiología	
2.2 Fisiología	
2.3 Sintomatología	
2.4 Diagnóstico	
3. Métodos de curación de la gastritis	32
3.1 Principales medicamentos alópatas	
3.2 Tratamientos alternativos	

Capítulo II

1. Concepto de Cuerpo.	36
2. Las enfermedades psicosomáticas: enfoque de la medicina alópata.	43
3. Una nueva manera de abordar las enfermedades psicosomáticas: enfoque holístico.	47
4. Teoría de los cinco elementos.	50.

Capítulo III

1. Metodología	54
2. Resultados	59
3. Análisis de Resultados	113
4. Reflexión	126

Capítulo IV

1. Conclusiones.	129
Bibliografía.....	138
Anexos	143

Resumen.

Hoy en día las enfermedades psicosomáticas son atribuidas a desajustes emocionales o problemas psicológicos, siendo éste el camino que emplea la medicina alternativa y en algunos casos la psicología para clasificar a aquellas enfermedades que no pueden ser resueltas a través de los métodos tradicionales. Sin embargo las enfermedades en general son más que la simple intromisión de un agente externo al cuerpo o a un desajuste emocional, las enfermedades manifestadas siempre a través de un síntoma son una alerta, una invitación a cambiar algo que nos impide crecer, nos indican que algo que hacemos, que sentimos o que pensamos nos está causando conflictos, malestares que van más allá de un dolor físico o de una enfermedad crónica. El cuerpo es la vía a través de la cual manifestamos lo que sentimos, lo que nos aqueja y combatir las enfermedades con un medicamento que solo calla el síntoma nos ofrece un alivio pero a corto plazo, la manera en la que debemos de apropiarnos de nuestros procesos de salud y enfermedad es aprendiendo a escuchar nuestro cuerpo, es conocerlo, vivirlo y entender porque ciertos padecimientos nos aquejan más que otros y como estos padecimientos se construyen de emociones, de relaciones interpersonales, de costumbres familiares y responden a un momento histórico en particular. Por lo tanto sería herrado creer en la clasificación de enfermedades psicosomáticas ya que todas lo serían, El cuerpo y las emociones no son entes separados ninguno domina al otro ambos se relacionan y complementan. El cuerpo y la emoción son quehaceres que competen a un psicólogo porque no se les puede contemplar por separado. Cuando una persona acude a terapia no solo requiere aprender de sus emociones requiere aprender de su cuerpo ya que ambos al estar relacionados necesitan ser entendidos en conjunto, considerando que no se reducen a cuerpo y emociones ya que se encuentran formando parte de un todo, de una familia, de un momento histórico y de un universo. Es así como creo en una manera diferente de tratar a los pacientes, a los padecimientos, pero antes de poder poner en práctica el conocimiento hay que entenderlo y vivirlo, en las paginas siguientes espero podamos descubrir juntos este conocimiento y a la vez aprender más de nosotros mismos.

Introducción

Desde la antigüedad el hombre se ha preocupado por buscar y mantener su salud los métodos para lograrlo han sido diversos y a través de la historia han ido cambiando. Durante los últimos siglos la medicina occidental o alópata ha sido la encargada de preservar la salud del ser humano, así como prevenir y buscar soluciones a las enfermedades que puede padecer. Los métodos en los que se basa responden a una fragmentación del paciente mediante la cual para cada padecimiento hay un medicamento en particular, de esta forma se espera recuperar la salud siento el síntoma o la manifestación de la enfermedad el enemigo a combatir.

Sin embargo los métodos empleados no han dado respuesta a las demandas de la sociedad que cada vez enferma más, hoy en día las enfermedades que antes podían ser controladas con la medicina adecuada se han vuelto crónicas y resistentes a los fármacos, ante estas limitantes actuales de la medicina alópata consideramos una alternativa que puede contribuir a los procesos de salud y enfermedad en la cual la psicología juega un papel importante, al ser una ciencia que promueve la salud.

La razón de ser de la presente tesis tiene su origen al concebir las enfermedades como construcciones que no se limitan a las causas médicas, van más allá de entender un padecimiento orgánico en aislado proponiendo escuchar al cuerpo y comprender que este se compone de emociones, de costumbres de usos sociales y que fue educado en un momento histórico, a su vez este cuerpo se relaciona con lo que le rodea la naturaleza y el universo. Es una propuesta que ve al ser humano como un ser completo, no en aislado y que cree que la poca efectividad de los tratamientos empleados para sanarle radica en la concepción fragmentada que se tiene de él. Para esta propuesta la enfermedad no será un proceso orgánico en aislado será parte de un proceso psicosomático si dentro de lo psicosomático se engloban las emociones, las relaciones inter personales, la historia particular de cada sujeto y sus vínculos con la naturaleza y el universo. La psicología estudiará las enfermedades psicosomáticas bajo una epistemología que integra al individuo con el

todo, bajo un enfoque no fragmentado en donde la enfermedad es una construcción social es un proceso en el cual todas las características propias del individuo y de su cultura construyen la enfermedad, la enfermedad no sea parte de la causalidad ni casualidad, es así como apoyándonos en la propuesta del Dr. Sergio López Ramos el cuerpo no solo manifiesta un síntoma en aislado, es la materialización de la cultura del país, de un individuo, de su historia, en el cuerpo se inscriben las emociones, siendo el objetivo de estudio de la psicología el individuo en su totalidad, La propuesta de López Ramos permite integrar lo psicológico y lo corporal, dándonos una percepción de unidad, que permite al sujeto afrontar con responsabilidad su proceso de salud enfermedad siendo consciente de que enfermar y sanar son su decisión. Este enfoque permite a los psicólogos contemplar a cada paciente como una unidad no como un ser fragmentado, permitiendo dar solución a las demandas de una sociedad mexicana, cada vez más enferma que ya no puede seguir aplacando solo el síntoma.

Con base a esto los objetivos de la presente investigación serán abordando una enfermedad en particular que en este caso sea la gastritis, por la relevancia que ha tenido en los últimos años al afectar a un 60% de la población mexicana según datos de la Secretaría de Salud, apareciendo cada vez en edades más tempranas, conocer el proceso que gesta dicha enfermedad siendo más que un simple desorden orgánico. Otra razón por la cual se pondrá énfasis en esta enfermedad aparte del impacto social que tiene por el estilo de vida que hoy en día la gente enfrenta, es porque forma parte de mi vida y el contemplarla como una construcción que yo he gestado y no como la pérdida de homeostasis en mi cuerpo, me permitió encontrar una nueva forma de abordarla ayudándome a conocer mi cuerpo y mis emociones y espero este enfoque ayude a más gente, además de permitirme comprender que el cuerpo y la mente no son entes separados y la unidad de estos permite una mejor calidad de vida.

Los objetivos particulares serán conocer las emociones que predominan en los pacientes que padecen esta enfermedad, su estilo de alimentación, los sabores y

alimentos favoritos, así como el tipo de relaciones que entabla con el otro, con su entorno y con el Universo.

Espero encontrar las razones que me permitan afirmar que la gastritis es un padecimiento psicosomático que se origina mucho antes de que se manifieste que es una construcción que cada sujeto hace al afrontar sus emociones de manera particular. La gastritis se gestara en el seno de su familia en las relaciones que entable con ellos y con el entorno que le rodea, en la manera como aprende a alimentarse, la preferencia que desarrolla hacia ciertos sabores, su estilo de vida y como resuelve y afronta lo que vive diariamente.

Para cubrir estos objetivos abordaremos la investigación en cuatro capítulos, el primer capítulo sentará las bases que nos permitirán comprender los enfoques a través de los cuales se abordan las enfermedades, primeramente hablaremos de los conceptos que se tienen acerca de salud y enfermedad, los diferentes enfoques así como las definiciones de estas, abordara la definición de gastritis desglosando su etiología, fisiología, sintomatología y diagnóstico todo esto bajo el enfoque médico tradicional, permitiéndonos conocer este padecimiento a nivel orgánico. Por ultimo hablara de los tratamientos empleados para darle respuesta a la gastritis tanto allopáticas como alternativas.

El capítulo II abordará el concepto que se ha tenido del cuerpo, su fragmentación y la manera en que ha sido contemplado para su estudio, será de importancia en la medida que plasme las razones por las cuales ha sido estudiado en pedacitos, una vez entendido el porque de la fragmentación se hablara de las enfermedades psicosomáticas desde el enfoque de la fragmentación es decir, desde la medicina alópata.

A partir de las limitantes de este enfoque, impulsaremos una nueva forma de abordar las enfermedades psicosomáticas, el enfoque holístico que contemple al ser humano como una unidad en relación con el todo. Para finalizar este capítulo

con la teoría de los cinco elementos, teoría que relaciona al sujeto con el universo y la naturaleza, teoría que nos permitiría en base a la historia del sujeto construir la ruta de la enfermedad.

El Capítulo III hablara acerca de la metodología en la cual se apoyara la presente investigación, siendo esta la historia de vida, su importancia para comprender y conocer las relaciones, emociones, y procesos que cada sujeto gesta a partir de su momento histórico y seno familiar, los participantes e instrumentos, los resultados que contendrán las categorías que se formaron a partir de la historia de vida y el análisis de estas finalizando con una conclusión particular de éste capítulo.

El Capítulo IV expondrá la conclusión general, las conclusiones derivadas de los objetivos así como las alternativas para abordar la enfermedad y las líneas para futuras investigaciones.

Espero el presente trabajo no solo me permita conocer una nueva opción para abordar el quehacer diario que como psicólogo enfrentare espero que permita a las personas que lean esta investigación conocer más de si mismas y crecer.

CAPÍTULO I

Concepto de Salud-enfermedad
Definición de Gastritis, desde el enfoque de
la Medicina Alópata
Métodos de Curación de Gastritis.

La enfermedad es tan vieja como la vida y en su intento por comprenderla han surgido diferentes explicaciones las cuales reflejan el momento histórico, y el grado de desarrollo alcanzado.

Cuando se revisa la historia de la salud inevitablemente se aparece con su contraparte: la enfermedad. La enfermedad se encuentra ligada a la vida y desde las primeras civilizaciones existen reportes de intervención en donde la finalidad era alejar los malos espíritus del cuerpo mediante el uso de diferentes herramientas sustentando a la enfermedad en un modelo demoníaco por lo que si los malos espíritus salían del cuerpo enfermo éste recuperaría la salud.

La lógica de sacar al mal del cuerpo no ha cambiado mucho desde esas épocas hasta la fecha, basta simplemente pensar en quienes creen actualmente que la utilización de antibióticos de amplio efecto bactericida elimina a los gérmenes causantes de alguna enfermedad y por ello automáticamente el sujeto recuperará la salud.

En la civilización griega la escuela de Hipócrates consideraba que el mal se encontraba identificado como la mezcla de distintos elementos y humores que al interactuar con el sujeto producían la enfermedad. Durante el primer milenio de nuestra era la religión agregó un nuevo matiz a la enfermedad, señalándola como producto de fuerzas demoníacas y posibilitaba, además, nuevas alternativas terapéuticas: la comunión, el agua bendita y los exorcismos, siendo el clérigo el encargado del saber médico. En ésta época, los enfermos eran señalados, denunciados y alejados de la sociedad (Berman,1987).

A la largo de la historia la ciencia occidental se baso en el paradigma cartesiano, el cual introduce una visión mecanicista de la vida, las concepciones de salud y enfermedad se basaron de igual forma en este paradigma que implementaba la fragmentación como el medio para obtener salud. Del paradigma cartesiano se deriva el modelo biomédico que concibe al cuerpo como un cuerpo fragmentado

considerado como una maquina compuesto de muchas partes, cuya curación se basa en la especialización de cada órgano, para después tratar el padecimiento de forma separada. La enfermedad es el funcionamiento defectuoso de los mecanismos biológicos, la tarea del médico será intervenir para corregir el mal funcionamiento de un mecanismo en particular, la salud será entonces el buen funcionamiento de la maquina. La fragmentación del cuerpo como método de especialización ante los diversos padecimientos trajo consigo un desconocimiento del cuerpo como unidad. Bajo la concepción del cuerpo como maquina se construye la cura para cualquier desajuste que pueda provocar en ésta máquina, un decremento en su producción. La revolución cartesiana fue la responsable del cambio de los métodos de curación y de los conceptos de salud-enfermedad. Antes de las ideas de Descartes de hacer la distinción de cuerpo-alma, la mayoría de la gente que curaba orientaba sus métodos a la interacción entre cuerpo y alma y trataban al paciente dentro de su entorno social y espiritual. La rigurosa separación que Descartes hizo entre mente y cuerpo llevo a los médicos a concentrarse en la máquina del cuerpo y a olvidar los aspectos psicológicos, sociales y ambientales de la enfermedad (Capra, 1998).

En la actualidad las definiciones de salud por lo general pertenecen a dos categorías distintas. Las que consideran la salud como un estado ideal y aquellas que hablan de la salud como un movimiento en una dirección positiva. La primera definición implica que cualquier enfermedad o daño es una desviación de la buena salud y que el estado ideal puede restaurarse eliminando la enfermedad. La segunda definición considera a la enfermedad como una dirección sobre un continuo. Puesto que la salud es multidimensional todos los aspectos de la vida, biológicos, psicológicos y sociales, deben ser tomados en cuenta.

Como ya se menciona la gente de diversas culturas y diferentes espacios temporales han tenido diversas consideraciones acerca de la salud y enfermedad. En 1946 las Naciones Unidas crearon la Organización Mundial de la Salud OMS e incluyeron el siguiente párrafo en el preámbulo de su constitución: “La salud es el

completo estado de bienestar, físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedad o dolencia”.

Ésta definición se encuentra vigente desde hace más de un cuarto de siglo y supone la interacción de distintas disciplinas con un objetivo común.

En México el Sector Salud adoptó esta definición y además agregó, acorde a la Constitución Mexicana, que: “Gozar del nivel más alto de salud posible constituye uno de los derechos fundamentales de todo ser humano, sin distinción de raza, religión, creencia política y condición económica o social “. Desde la perspectiva de Reynoso y Seligson (2002) la salud no debe definirse como la ausencia de enfermedad ya que en el proceso de mencionar las características de la salud estaríamos mostrando los atributos de una cosa mediante el señalamiento de los que no es; éste proceso de pensamiento llevaría entonces a definir la enfermedad como la ausencia de salud. Así pues, se piensa que salud – enfermedad son conceptos entrelazados que deben formar parte de una unidad indisoluble y que se encuentran vinculados entre sí, a través de una serie de procesos constantes de adaptación a los cambio del ambiente (tanto biológicos, como psicológicos y sociales); al ser procesos, éstos tienen la característica de multi casualidad, considerando al ser humano como un ente pensante que evalúa y actúa para afrontar las demandas que perciba, ya sean internas o externas.

Tradicionalmente los problemas de salud-enfermedad han sido manejados partiendo de la base errónea que al curar la enfermedad se devolverá la salud; sin embargo, en tanto que la salud implica mucho más que la ausencia de enfermedad, en la actualidad se acepta que en ésta área, deben actuar otros profesionales con el propósito de atacar los problemas desde diferentes perspectivas. De esta forma en el campo de salud que era, ortodoxamente, el terreno de médicos enfermeras y odontólogos actualmente se encuentran trabajando psicólogos, biólogos, sociólogos, trabajadores sociales, antropólogos, entre otros profesionistas.

En el transcurso del último cuarto del siglo XX muchos médicos, psicólogos y algunos sociólogos han empezado a cuestionar el modelo biomédico. Si bien coinciden en que el modelo ha estimulado el progreso en lo que respecta al tratamiento de la enfermedad, cuestionan su limitada definición de salud y su grado de utilidad en lo que respecta a la consideración de los actuales patrones que imperan tanto acerca de las enfermedades como de la muerte. Ante esto es necesario que surja un modelo alternativo y esta alternativa debe tener la potencia del antiguo modelo con la facultad de resolver problemas allí donde el viejo modelo fracasaba.

A lo largo del siglo XX, el modelo biomédico ha permitido a la medicina conquistar o controlar muchas de las enfermedades que han atacado a la población, sin embargo ¿porque la gente sigue enfermando? La noción de que las enfermedades sean causadas por un agente patógeno en específico, un organismo causante de la enfermedad, estimuló el desarrollo de fármacos sintéticos y tecnología médica, que, a su vez, potenció la creencia de que muchas enfermedades pueden curarse, sin embargo de lo único que ha sido capaz la ciencia médica es de eliminar el síntoma y sin conseguir en realidad el equilibrio en el ser humano. Además éste modelo biomédico define la salud exclusivamente en términos de ausencia de enfermedad. ...” La medicina académica ha perdido de vista al ser humano, la súper especialización y el análisis son los conceptos fundamentales en los que basa la investigación, pero estos métodos, al tiempo que proporcionan un conocimiento del detalle más minucioso y preciso, hacen que el todo se diluya...” (Dethlefsen y Dahlke, 2002).

Enfermedad significa entonces la pérdida de una armonía o el trastorno de un orden que permite el equilibrio. Sin embargo la propuesta de la presente investigación pretende que salud y enfermedad no sean tomadas como antagónicas, sino como complementarias ya que la una permite que exista la otra y ambas buscan el equilibrio del ser humano. Al hablar de enfermedad inmersos en la ideología occidental de buscar siempre polos opuestos hacemos que exista la salud y

viceversa, es así como la una existe a través de la otra y las dos pretenden que el ser humano logre un equilibrio.

Cuando una persona enferma y en su cuerpo se manifiesta un síntoma, esto nos indica que algo en nuestro cuerpo no anda bien, bajo la lógica del modelo biomédico lo correcto sería atacar el síntoma para conseguir un estado supuesto de bienestar sin embargo lo que hacemos no es curarnos o alcanzar la salud, sino callar lo que el cuerpo nos quería decir empeorando el malestar o la afección que nuestro cuerpo nos indicaba al manifestar un síntoma. Esta es la razón por la cual la gente sigue enfermando a pesar de los grandes avances científicos, ya que se oculta solo el síntoma pero no se resuelve el problema de raíz. Es así como considero que la enfermedad es precursora de la salud, es el foquito rojo que señala que algo falla, y aniquilarla sin escucharla es aniquilar al ser humano, ya que el síntoma puede desaparecer por meses, o años pero nunca nos damos cuenta que el problema sigue ahí y que no se ira simplemente ignorándolo.

Ahora bien no toda la gente manifiesta los mismos padecimientos estos dependen en gran medida de las características particulares de cada persona y de la construcción que cada quien hace de su propio estado de salud-enfermedad.

Si bien el modelo biomédico de la enfermedad ha formado parte de la visión predominante en la medicina, existe un modelo alternativo que defiende un enfoque holístico en relación a la medicina, es decir, aquel que tiene en cuenta los aspectos sociales, psicológicos, fisiológicos e incluso espirituales de la salud de una persona y que busca aprender a escuchar a la enfermedad y tratar de entender lo que quiere decirle a través del síntoma y no solo eliminarlo.

El modelo alternativo es el modelo biopsicosocial, que trata a todas las enfermedades como psicósomáticas sin hacer una clasificación de éstas, ya que al considerar al ser humano como un ser biopsicosocial todos los padecimiento sin excepción serán producto de la historia del individuo de su entorno social del manejo de sus emociones y de sus características biológicas (Brannon, y Fesist

2001). Es así como se deben de incorporar no sólo los factores biológicos, sino también los psicológicos y sociales, debe de tomarse en cuenta al paciente en su totalidad, el contexto social en el que se vive y el sistema complementario desarrollado por la sociedad. En éste modelo una vez más, la salud es contemplada como una condición positiva y la enfermedad como una posibilidad de crecimiento en lugar de ser el objetivo a eliminar.

A principios del siglo XX la mayor parte de la gente tenía una responsabilidad muy limitada a la hora de contraer una enfermedad ya que creía que era imposible tratar de evitar las enfermedades incluso las infecciosas. Esto sería cierto en el entendido del modelo biomédico tradicional sin embargo al considerar a la enfermedad como más que la pérdida de homeostasis en el cuerpo se abre la posibilidad de responsabilizarse de los procesos de salud y enfermedad que aquejan a una persona ya que estos estarán influidos por su historia, por el momento histórico que vive, por sus relaciones interpersonales y por la manera en que maneja sus emociones y al ser todo esto particular en cada persona sus métodos de sanación también lo serán así como la responsabilidad que cada individuo adquiera para enfermar y para sanar.

Hoy en día muchas enfermedades han generado cierta tolerancia a los métodos tradicionales de curación y otras tantas han incrementado su incidencia a causa del estilo de vida que hoy en día enfrenta la población mexicana el cual se desarrolla bajo un ambiente de competencia y exigencias económicas y sociales siendo el ritmo de vida acelerado y demandante, dejando poco tiempo para reflexionar o aprender a escuchar los síntomas de cada enfermedad, por lo cual ante el primer indicio de malestar lo que se busca es optimizar tiempo y con un solo medicamento obtener bienestar, sin embargo esto es lo que ha hecho que muchas enfermedades adquieran la característica de crónicas o degenerativas ya que solo se logra abatir el síntoma por un periodo de tiempo, a corto plazo y no resolver el problema de raíz o bien llega el momento en que el medicamento ya no logra dar el efecto esperado superando la enfermedad al medicamento.

Una de las enfermedades que hoy en día ha cobrado importancia en la población mexicana es la gastritis, según datos de la Secretaría de Salud en el 2003 ocupó el cuarto lugar entre las principales causas de enfermedad con 1, 334, 714 casos reportados de un 44.4 millones de diagnósticos realizados y según el INEGI del año 2000 al 2002 ocupó el quinto lugar entre las causas de casos nuevos de enfermedad. La enfermedad ha tomado auge afectando cada vez a personas con menor edad y manifestando complicaciones tales como úlceras gástricas y cáncer de estómago debido a tratamientos poco adecuados y oportunos. Lo que antes eran simples problemas estomacales que se superaban con un antiácido hoy se han agravado, todo esto aunado al momento histórico que atraviesa el país, en donde la vida es acelerada y los trabajos y actividades exigentes y bajo presión.

En México, 5 de cada 10 personas sufren gastritis y muchos no le dan la debida importancia, cerca del 25% de los capitalinos padecen problemas de agruras y acidez estomacal diariamente y alrededor del 40% más, por lo menos una vez al mes. En el Hospital General de México se realizan entre 30 y 40 endoscopías por día, la mayoría debido a gastritis. Mientras que en consulta externa se atienden 60 pacientes en promedio y la tercera parte es también por esta enfermedad. El que esta enfermedad haya aumentado muestra la poca efectividad que ha tenido la medicina alópata que ve al paciente como un estómago y no como un individuo en su totalidad, y a los medicamentos que si bien dan una solución a corto plazo dañan otros órganos y complican el padecimiento, por ejemplo algunos dañan el hígado y otros más como los antiácidos perjudican la presión arterial elevándola, o bien provocan estreñimiento, cefaleas o mareos.

En base a la importancia de la gastritis en los últimos años y basándonos en un nuevo enfoque para abordar los procesos de salud y enfermedad abordaremos la gastritis, desde su etiología, causas, síntomas y métodos de curación para posteriormente proponer una nueva alternativa de curación.

Localizado en el lado izquierdo del cuerpo, bajo el diafragma, el estómago es un órgano muscular que conecta el esófago con el intestino delgado. Su principal función es la descomposición de los alimentos. Las células de su revestimiento secretan enzimas, ácido clorhídrico y otros productos químicos que continúan el proceso digestivo que comienza en la boca, con la masticación de los alimentos que los desmenuza y tritura para mezclarlos con la saliva y formar el bolo alimenticio, apto para ser deglutido. En la saliva existe, además una enzima (amilasa) que inicia la digestión química.

También produce sustancias mucosas que impiden el contacto con las propias paredes del estómago. Constituye, así mismo, un órgano dilatante de almacenamiento. Un músculo circular que existe en la parte inferior, permite al estómago guardar casi un litro y medio de comida, almacenándolo durante unas horas para que se mezcle homogéneamente con el jugo gástrico y forme una papilla semilíquida. La acidez de dicho jugo (que se debe precisamente a la presencia de ácido clorhídrico segregado por unas glándulas insertas en el epitelio gástrico) cumple dos finalidades: en primer lugar, se evita con dicho ácido la fermentación y putrefacción de los alimentos allí depositados y se destruye la multitud de microorganismos que ingresan con la comida. En segundo lugar, el ácido crea el ambiente necesario para que comience la degradación de las proteínas mediante una enzima llamada pepsina (Gomez y Silva, 2003).

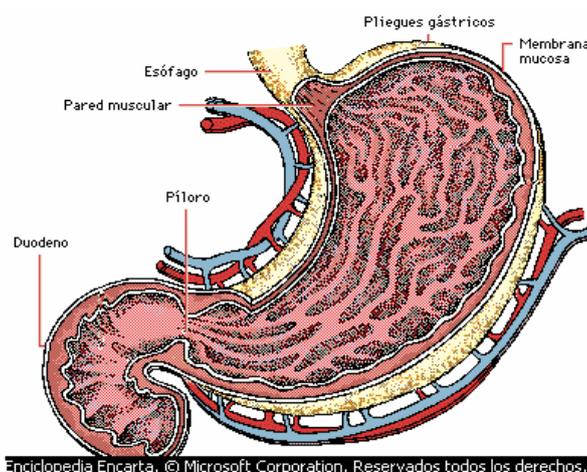


Figura1. Fisiología del estómago.

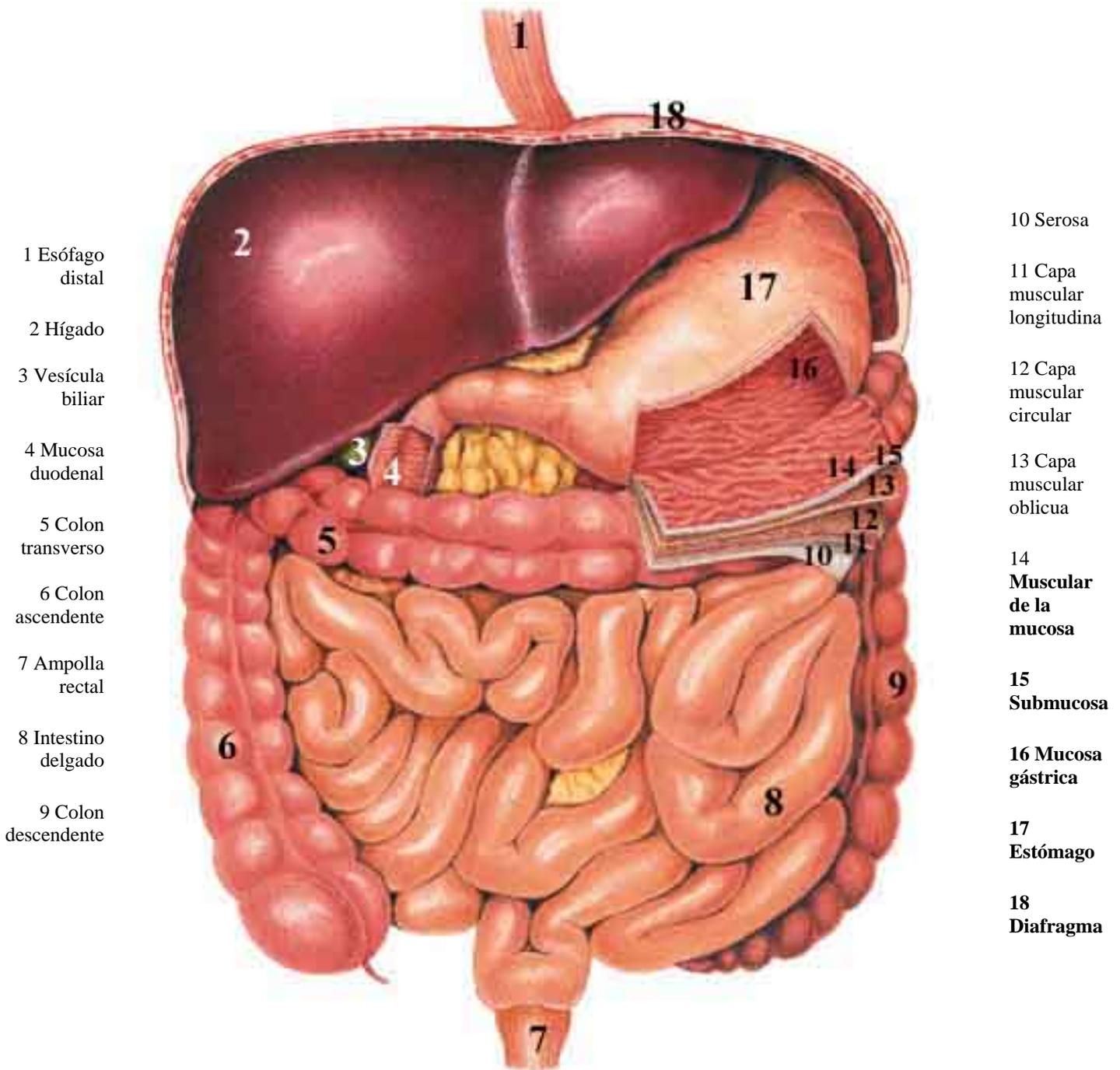


Figura 2. El aparato digestivo. Ubicación y órganos componentes.

La gastritis implica el daño agudo del estómago originado por factores químicos, físicos, infecciosos y emocionales. Gastritis implica la inflamación de la mucosa gástrica, sin embargo, el concepto de gastritis no se concretó hasta el movimiento de la endoscopia con toma de biopsia que permitió conocer el proceso inflamatorio

del estómago consecutivo a una causa definida y comprobar las alteraciones histopatológicas que suceden en los diferentes tipos y grados de ésta enfermedad (Villalobos, 1996). Afecta a niños y adultos, puede ser de aparición repentina (aguda) o desarrollarse paulatinamente (crónica) y presentarse de forma moderada o grave.

Un concepto más real de la enfermedad se logro cuando se pudieron aplicar técnicas especiales de histoquímica, estudios inmunológicos y de proliferación celular, así como la comprobación del papel desempeñado por algunas bacterias como el *Helicobacter pylori* en la mucosa gástrica.

Marshall y Warren (1984) publicaron en 1983 la existencia de un bacilo cuyo espiral en 58 de 100 pacientes en quienes se había tomado la biopsia de la mucosa gástrica. El bacilo se cultivó en 11 de estas biopsias y se encontró que era gramnegativo, flagelado y microscópicamente parecía ser una nueva especie del género *Campylobacter*. La encontró en todos los pacientes con gastritis, úlcera duodenal o úlcera gástrica y se consideró la posibilidad de que jugara un papel importante en la etiología de estas enfermedades. Dehesa (1989) en un estudios llevado a cabo en una población de mexicanos radicados en los Ángeles encontró *Helicobacter pylori* en el 83% de 57 voluntarios en los cuales llevo a cabo una biopsia del antro y del fundus en sujetos asintomáticos. Encontró asociación del *Helicobacter pylori* en pacientes con gastritis. Se considera que la *Helicobacter pylori* es una causa primaria de gastritis y puede ser un riesgo para el cáncer gástrico.

Uno de los primeros en observar los cambios de la mucosa gástrica fue Beaumont (1959, citado en Villalobos, 1996) quien pudo observar directamente el estómago de Alexis San Martín (a través de una fístula) y observó inflamación en el curso de infecciones agudas y exceso de alcohol en éste paciente.

ETIOLOGÍA.

Puede haber diversos factores en relación con las causas de gastritis:

1. Alimentaria y Térmica
2. Alcohólica
3. Medicamentosa
4. Infecciosa
5. Corrosiva
6. Por radiación
7. Por estrés

La gastritis por alimentos muy irritantes o muy calientes no se ha documentado suficientemente desde el punto de vista endoscópico.

Alcohol.

El alcohol altera la barrera de la mucosa gástrica atraviesa la membrana formada por lipoproteínas destruye las uniones estrechas de las células y permite la retrodifusión de hidrogeniones que a su vez van a estimular la producción de histamina, la cual da lugar a la producción de ácido por las células parietales, excita los plexos intramurales y por otra parte, lesiona los capilares de la mucosa, produciendo hemorragia y pérdida de proteínas.

El etanol tiene un efecto variable de acuerdo con su concentración. Las bebidas alcohólicas con concentración de etanol superior al 20% producen lesión de la mucosa gástrica.

La combinación de aspirinas y alcohol tiene acción sinérgica y produce lesiones más acentuadas.

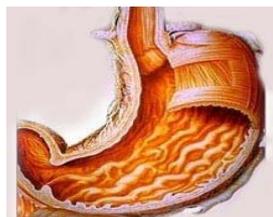


Figura 3. Revestimiento del estómago.

Medicamentos.

Desde hace años se conoce el efecto del ácido acetilsalicílico sobre el estómago. Endoscópicamente, el efecto de la aspirina se puede observar desde lesiones leves hasta úlceras y hemorragias producidas por la misma.

El ácido acetilsalicílico destruye la barrera mucosa ya que esta formada por lipoproteínas que son disueltas por sustancias que son solubles en las grasas.

Al destruirse la barrera mucosa hay penetración de hidrogeniones con salida de sodio y potasio. Los hidrogeniones van a estimular a las células parietales aumentando a su vez la salida de hidrogeniones. Hay estimulación de los mastocitos o de las células semejantes a las enterocromafines dando lugar a la formación de histamina. La histamina y los hidrogeniones a su vez lesionan los vasos sanguíneos originando hemorragias intersticiales.

La aspirina disminuye la agregación plaquetaria, lo que retarda los fenómenos de coagulación. Inhibe la producción de prostaglandinas, lo que trae como consecuencia la disminución en la producción de moco, de bicarbonato y de la renovación celular.

Factores Térmicos y alimentos.

Los líquidos muy calientes, como el té pueden producir gastritis. Sin embargo el efecto es transitorio. Solamente cuando hay toxinas en el alimento se presentan fenómenos agudos acentuados.

Gastritis por Infección.

En varias enfermedades infecciosas puede haber cuadros de gastritis que se manifiestan fundamentalmente por anorexia, náusea y vómito y en ocasiones como en algunos pacientes con hepatitis por virus, la salmonelosis, el *helicobacter pylori* tiene una fase aguda de infección. Puede haber gastritis por candida albicans.

Gastritis Flegmonosa Aguda.

Generalmente se produce la infección de organismos endógenos en pacientes con bajas defensas. Se puede originar por *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus*, *Streptococcus*, *Proteus vulgaris* y *Clostridium welchi*. Generalmente los pacientes presentan cuadros febriles, náusea y vómito purulento. El cuadro puede ser muy grave.

Gastritis por radiación y quimioterapia.

Aunque ésta última se puede presentar por irradiación a nivel del núcleo del vómito puede haber fenómenos inflamatorios en el estómago. Desde el punto de vista de la radiación se ha encontrado la mucosa gástrica frágil, edematosa y ulcerada, llegando a producir fenómenos hemorrágicos; se puede producir anaclorhidria por lesión de las células parietales. Puede haber regresión cuando cesan las irradiaciones.

Gastritis por estrés.

Es bien sabido que los cuadros de estrés pueden originar fenómenos hemorrágicos ya sea producido por traumatismos a ciertas intervenciones quirúrgicas con estrés o a enfermedades graves como la septicemia, o simplemente por el estilo de vida debido a largas jornadas de trabajo y al estrés diario que enfrenta la vida en ciudad.

FISIOPATOLOGÍA.

La mucosa gástrica tiene elementos de defensa importantes. El moco constituye una barrera protectora, las células mucosas constituyen otro elemento de defensa. No solamente el ácido y la pepsina atacan a la mucosa gástrica sino que hay múltiples detergentes naturales y artificiales como las sales biliares y la lisolecticina ambos elementos del jugo duodenal que pueden refluir hacia el estómago, pueden romper la barrera protectora de la mucosa gástrica.

Dentro de las sustancias que pueden penetrar la mucosa gástrica y destruirla se encuentran el alcohol, las soluciones hipertónicas, el eugenol y los salicilatos (ácido acetilsalicílico).

Cuando hay una ruptura o daño de la mucosa gástrica el contenido ácido del estómago se difunde rápidamente hacia la mucosa y los iones de Na se difunden de la mucosa hacia la luz gástrica. Los iones de H⁺ al ponerse en contacto con los elementos de la mucosa así como el pepsinógeno transformado en pepsina por estos iones, producen liberación de histamina, lesión de los vasos sanguíneos con las hemorragias consecutivas, edema de la mucosa, irritación de los plexos intramurales con estimulación de las células productoras de ácido y pepsina.

Además, existe estimulación de las terminaciones colinérgicas con hipermovilidad gástrica y aumento de las alteraciones producidas por la retrodifusión del ácido.

La aspirina, la indometacina, los salicilatos y los anti inflamatorios no esteroideos (AINES) hacen que se inhiba la formación de prostaglandina sintetiza que hacen que disminuya la defensa de la mucosa gástrica.

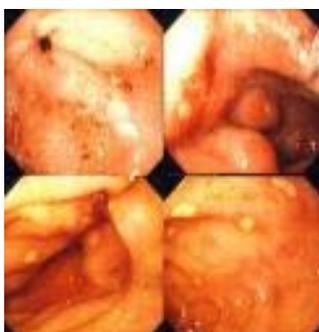


Figura 4. Endoscopia a persona con gastritis, daño de la parte superior del estómago.

SINTOMATOLOGÍA.

Los síntomas más recurrentes son ardor, dolor e inflamación estomacal, indigestión, pérdida del apetito, sensación de estómago vacío, agruras, eructos, hipo, náuseas y vómitos (en los casos más graves con sangre). Cuando la persona se encuentra en una etapa muy avanzada de la enfermedad pueden aparecer úlceras. En este caso, es común que haya heces oscuras, que denotan hemorragias internas.

La enfermedad se manifiesta generalmente poco tiempo después de la ingestión del elemento agresor con dolor epigástrico que en ocasiones llega a ser muy intenso aumentando en muchos casos con la ingestión de alimentos por la distensión del órgano, generalmente acompañado de anorexia y náuseas seguidas de vómitos, eructos y plenitud posprandial.

En los casos de gastritis acentuada puede haber hemorragia, desequilibrio hidroelectrolítico serio llevando a un estado de choque.

Los medicamentos que con mayor frecuencia producen gastritis son el ácido acetilsalicílico y los salicilatos, la fenilbutasona, la indometasina y en general los AINES, la cafeína, varios antibióticos algunas sulfas y la vitamina C en grandes dosis (Barrios, 1989).

DIAGNÓSTICO.

Se establece por la correlación entre el agente causal y la sintomatología. Si no hay fenómenos hemorrágicos y la sintomatología es discreta, no es indispensable practicar gastroscopía y el tratamiento debe instituirse de inmediato, hay justificación para llevar a cabo gastroscopia cuando no hay peligro de perforación. Es conveniente establecer el diagnóstico por medio de la endoscopía sobre todo en aquellos pacientes que tienen sintomatología acentuada y persistente y en aquellos que han venido tomando medicamentos. Radiológicamente no es posible establecer el diagnóstico de gastritis.

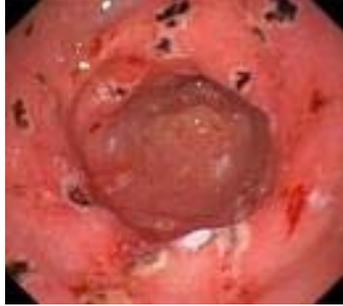


Figura 5. Daño al revestimiento del estómago con ulceración.

TRATAMIENTO.

Este consiste en calmar el dolor por medio de analgésicos aplicados por vía parenteral. Antieméticos del tipo de la metoclopramida, domperidone, o de la clorpromazina cuando hay vómito. Si el vómito ha sido acentuado debe combatirse el desequilibrio hidroelectrolítico

Cuando ha desaparecido el vómito se puede iniciar dieta láctea acompañada de antiácidos en forma intermitente, seguida de dieta blanda. Si hay un elemento infeccioso que hubiera originado la gastritis, debe de tratarse éste en forma específica.

Es necesario dar sustancias que neutralicen el efecto del ácido o del álcali ingerido, es decir, si se trata de un ácido, dar hidróxido de magnesio o de aluminio, soluciones diluidas de sulfato de sodio o de magnesio. Si se trata de sosa cáustica o de otro alcalí, dar ácido láctico o cítrico o acético diluidos con el fin de neutralizar el alcalino.

Los tratamientos para la solución de éste padecimiento son diversos los hay desde los antiácidos de venta sin receta, como hidróxido de magnesio (Phillips' Leche de Magnesia®), hidróxido de aluminio (Amphojel®), Carbonato de calcio (Tums®) y la combinación Hidróxido magnesio-aluminio (Mylanta®, Melox®), los cuales ayudan a aliviar los síntomas de la gastritis por cortos periodos.

El tratamiento con medicamentos de venta con receta puede incluir antibióticos para eliminar la infección por *H. pylori*, como Amoxicilin (Amoxil®), clarithromycin (Biaxin®), Metronidazol (Flagyl®) y tetracycline (Sumycin®), en combinación con inhibidores de la bomba de protones como lansoprazole (Prevacid®) y omeprazole (Prilosec®). También puede emplearse bismuth subsalicylate (Pepto Bismol®). Pueden prescribirse otros medicamentos para controlar la acidez del estómago, como antagonistas potentes de los receptores H2 de histamina, tales como cimetidine (Tagamet®), ranitidine (Zantac®) y famotidine (Pepcid®), además de inhibidores de la bomba de protones como omeprazol (Prilosec®), lansoprazol (Prevacid®), pantoprazol (Protonix®) y rabeprazole (Acidex®). Estos medicamentos si bien favorecen el alivio mas prolongado repercuten a otros órganos como el hígado, por ejemplo los antiácidos con bicarbonato de sodio perjudican la presión arterial elevándola y los que contienen calcio no deben tomarlo quienes tengan cálculos renales, la Ranitidina puede provocar cefaleas, mareos, estreñimiento, bradicardia, ictericia y trombocitopenia.

La gastritis aguda causada por trauma, estrés o enfermedades graves por lo general se cura rápidamente cuando la causa subyacente se resuelve. Los medicamentos anti inflamatorios no esteroideos (NSAIDs) y el etanol (alcohol) son irritantes comunes del tejido estomacal y su uso debe limitarse en los pacientes con gastritis.

[ALMAX . Antiácido. Suspensión, ALMIRALL.](#)

[ALMAX . Antiácido. Tabletas masticables, ALMIRALL.](#)

[DIGENOR PLUS. Regulador de la motilidad intestinal, antiemético, antiflatulento. Cápsulas, RUDEFSA.](#)

[DITOPAX-F. Antiácido y antiflatulento. Suspensión, SCHERING-PLOUGH.](#)

[DITOPAX-F . Antiácido y antiflatulento. Tabletas masticables, SCHERING-PLOUGH.](#)

[ESPAVEN ALCALINO. antiflatulento y antiácido. Suspensión, Tabletas masticables.](#)

[GALIDRIN. antiulceroso. Solución inyectable, PROBIOMED.](#)

[GELAN PLUS. antiácido, antiflatulento, con bajo contenido de sodio.](#)

[NEXIUM-MUPS. inhibidor de la bomba de protones. Tabletas, ASTRAZENECA.](#)

[NOAX 3. antiácido-antiflatulento de alta concentración. Gel, A.F..](#)

[PALATRIN. tratamiento de úlcera péptica. Tabletas con capa entérica, DEGORT'S.](#)

[PRAMIGEL. procinético gástrico, antiemético, demulcente, antiflatulento. Comprimidos, Suspensión, CARNOT.](#)

[SABRO. antiácido. Comprimidos masticables, Suspensión, SENOSIAIN.](#)

[STELABID. tranquilizante para el tratamiento de enfermedad ácido-péptica inducida por estrés. Grageas, ARMSTRONG.](#)

[TALCID. antiácido. Suspensión, Tabletas masticables, BAYER.](#)

[ULSAVEN. antiulceroso. Grageas, COLLINS.](#)

[ULTRAN. antiulceroso. Solución inyectable, Tabletas, RANDALL.](#)

[UNIVAL. antiulceroso. Tabletas, SENOSIAIN.](#)

Tabla 1. Tabla de medicamentos empleados con mayor regularidad en casos de gastritis.

Ante la corta eficacia de los medicamentos alópatas que curan los síntomas de la gastritis pero afectan otro órgano han surgido métodos alternativos tales como los naturistas, los homeopáticos, acupuntura, masoterapia, meditación, magno terapia

y fitoterapia, mostrando también cierta efectividad, coincidiendo todos los tratamientos en el cambio de hábitos alimenticios y en un buen manejo del estrés.

Suplementos nutricionales que pueden ser beneficiosos.

- **N-acetilcisteína**: De 800 mg a 4 gramos al día.
- **Gama orizanol**: Las personas con gastritis que quieran tomar gama orizanol durante periodos prolongados, o en dosis que excedan los 300 mg diarios, deben consultar primero con un profesional de la salud.
- **Vitamina C**: De 1,000 a 5,000 mg diarios, divididos en varias dosis.

Hierbas que pueden ser benéficas.

- **Manzanilla** (*Matricaria recutita*)
- **Sello de oro** (*Hydrastis canadensis*)
- **Regaliz** (*Glycyrrhiza glabra*) como regaliz desglirricinado (DGL)
- **Altea** (*Althea officinalis*)
- **Olmo americano** (*Ulmus rubra*)

Cambios en la dieta que pueden ser benéficos.

- **Reducir el consumo de sal**: La sal puede irritar el revestimiento del estómago. Algunos investigadores sugieren que consumir alimentos muy salados incrementa el riesgo de contraer una infección por *H. pylori*. Los investigadores especulan que un elevado consumo de sal podría aumentar el riesgo de padecer gastritis.
- **¿Es necesario evitar las comidas picantes?** Los estudios preliminares sugieren que tal vez no. Se ha visto que la capsaicina, el ingrediente irritante del chile, protege de la gastritis causada por aspirina en personas sanas.
- **Evitar los alérgenos alimentarios**: Las personas con sensibilidad conocida a algunos alimentos mostraron irritación del revestimiento estomacal (incluyendo hinchazón, sangrado y erosiones) cuando consumieron alimentos a los que se sabe que reaccionan. Sin embargo, la mayoría no presentó resultados anormales en las pruebas de sangre comunes que se realizan para identificar las alergias. Las personas que crean tener una sensibilidad o alergia

a algún alimento deben hablar con su médico acerca de un programa de eliminación de alérgenos.

- **Evitar la cafeína:** La cafeína, que se encuentra en el café, el [té verde](#) y negro, algunos refrescos, el chocolate y muchos medicamentos, aumenta la acidez estomacal. Lo mismo ocurre con el café descafeinado. Evitar estas sustancias puede ayudar a curar la gastritis.

Cambios en el estilo de vida que pueden ser benéficos.

- **Mantener el consumo de alcohol en niveles moderados:** La gastritis es común entre los alcohólicos. Sin embargo, aunque el consumo elevado de alcohol daña el revestimiento estomacal, estudios recientes sugieren que el consumo moderado de alcohol podría, proteger contra la aparición de gastritis al facilitar la eliminación del *Helicobacter pylori*.
- **Dejar de fumar:** Se sabe que fumar mucho produce gastritis aguda.
- **Medicamentos:** Muchos medicamentos, como aspirina y sus derivados, pueden producir o agravar la irritación del estómago. Las personas con antecedentes de gastritis no deben tomar nunca aspirina ni medicamentos similares sin antes consultar a un médico.

El interés en la gastritis surge ante la gravedad de esta enfermedad la cual ha alcanzado niveles estadísticos representativos como ya se ha mencionado, y ante la corta efectividad de los medicamentos, se han propuestos factores emocionales como las causas de esta, surgiendo una nueva clasificación, la gastritis nerviosa y por estrés considerada como la más frecuente en adolescentes y adultos jóvenes cuya causa principal es el ritmo de vida al cual se ven sometidos. La gastritis nerviosa o por estrés ha tomado auge y se le ha considerado como crónica y la antesala a enfermedades como el cáncer de estómago y colon, ante esto la gastritis ha sido considerada entre las enfermedades actuales de mayor frecuencia y en la clasificación de psicósomáticas al venir a adherirse a las causas factores emocionales y estilo de vida.

CAPÍTULO II
Concepto de Cuerpo
Enfermedades Psicosomáticas
Teoría de los cinco elementos.

Las enfermedades degenerativas y crónicas que en la actualidad se han manifestado de manera desbordante obedecen a los límites de un sistema de salud que no ha cuidado la integridad de las personas, al buscar equivocadamente la super especialización y la fragmentación del cuerpo.

Pero ¿qué es el cuerpo? ¿Por qué es importante para la psicología? ¿Por qué abordarlo en éste capítulo?. La importancia recae en la medida que permite conocer a las personas no solo a través de la conducta o del inconsciente sino de las inscripciones que la cultura, que las tradiciones y la historia hacen en el cuerpo, los procesos hereditarios a nivel orgánico, la cultura, los símbolos y los rituales se conjugan y dan las formas de ser de los individuos. Interesarse en el cuerpo y no solo en la conducta y articularlos, permite trascender lo instituido en el campo de la salud y crear nuevas interpretaciones tanto de la enfermedad como de la salud (López, 2000^a).

Para poder tener claro el significado y el valor que se le dio al cuerpo vamos a ubicarnos primero en el momento histórico que atravesaba México a partir del cual se dieron opciones para abordarlo y buscar alternativas para evitar y sanar enfermedades, para cuidarlo y embellecerlo.

La lectura del cuerpo a partir de 1821, periodo en el cual México entro en contacto en las ideas evolucionistas y de la física clásica, se hizo bajo la lógica del modelo médico que concibe al cuerpo como una unidad divisible.

La sociedad mexicana resultado del movimiento de independencia hereda un sistema educativo católico que censura, castiga, y reprime acciones que se hacen con el cuerpo, no toma en cuenta la salud física y psicológica como resultado del uso e interpretación que se hace de éste.

Aunado a esto las pugnas constantes entre liberales y conservadores en México llevaron a una primera fragmentación en ideología, por su parte la filosofía

positivista introducida como una forma de llevar progreso a la nación adoptando un modelo Europeo a una realidad desfasada, llevo al dominio de la naturaleza y a una segunda fragmentación, la del cuerpo, como una forma de comprenderlo bajo un enfoque científico.

Los liberales apostaban por una filosofía positivista, filosofía de progreso Europeo, el vehículo sería la educación, una educación generalizada implementada por medio de la Escuela Nacional Preparatoria con el fin de lograr una homogeneidad y patrones de pensamiento, la argumentación quedaría sustentada en la idea de "orden y progreso". El mejor método, el científico, sostén del positivismo con la visión de los beneficios y la modernidad. La ciencia sería portadora de la verdad ya que ésta explicaba el "funcionamiento" de las cosas tanto de la vida natural como de la social.

El conocimiento de éste funcionamiento permitiría el dominio, el control y finalmente el orden. Los conservadores se oponían a éste enfoque argumentando que el ser humano al dejar de lado la creencia de Dios y al considerar solo lo observable caería en el abismo del ateísmo (López, 2000^b).

Sin embargo el progreso y el orden eran indispensables y llevaron a la instauración de la República y la implementación de la cultura como el vehículo del positivismo, es así como se empezó a educar no solo al ser humano sino a su cuerpo bajo la fragmentación, se le despojó de la idea de espíritu y se adoptó una dualidad. El cuerpo en adelante sería entendido en base al funcionamiento de cada parte que lo compone, el conocimiento de éste se especializó en una sola área, cabeza, corazón, músculos, huesos, boca, cada parte sería estudiada por separado.

Ésta lectura del cuerpo daba pauta a aplicar conocimientos que seguían un patrón sin importar la individualidad de cada paciente, el estudio del cuerpo sería la búsqueda de principios generales de los síntomas para elaborar un diagnóstico, la causalidad sería una herramienta indispensable.

Ésta lectura e interpretación no incluía los procesos emocionales del individuo, la relación paciente- médico sería diferente, para el médico el paciente no tenía ni emociones ni espíritu. Todo proceso sería analizado bajo el pensamiento utilitario cuya característica era parcializar el saber y encontrarle funcionalidad a lo inmediato.

La fragmentación corporal sería la manifestación de la concepción atomizada del mundo material la cual estuvo en boga en el siglo XIX con la esperanza de tener acceso por ésta vía al conocimiento del cuerpo y de sus necesidades.

La psicología surge en este contexto del siglo XIX en la Escuela Nacional Preparatoria, momento en el cual se instaura el positivismo como la vía de entender la realidad, y la manera en que se interpretara al individuo, se consolida el pensamiento antropocéntrico y es así como se constituye el modo de vivir de una época que hasta hoy en día sigue vigente. ¿Qué importancia tiene esto? . Que es bajo éste contexto histórico como se instaura en México no solo una forma particular de ver la ciencia y la educación sino la manera en que se vive y se construye el cuerpo y las emociones. Ya que lo corporal y su representación social tiene un trasfondo ideológico político cruzado por la mercadotecnia de una concepción económica que vende lo corporal o al menos su imagen.

La representación corporal del siglo XIX en México considera al cuerpo como terreno fértil para vender a clientelas crecientes desde artículos para “embellecerlo” hasta formas de curarlo sustentando la fragmentación corporal y buscando la causalidad negando las posibilidades de pensamiento y subjetividad. Es así como el cuerpo adquiere el valor de mercancía ante demandas sociales y estilos de vida que sucumben a un periodo histórico particular. La aspiración principal es busca hacer negocios con la vida de las personas más que hacer algo por sus vidas.

La salud pública durante éste periodo era vista como indicio de progreso nacional. Las formas de construir la relación con el cuerpo se discuten y es un problema social, económico y político sobre el control de los mercados. Ante la concepción de un cuerpo fragmentado se trataba de encontrar una solución para cada parte del mismo, considerando los diferentes grupos sociales, la diversidad cultural y las enfermedades particulares que afectaban a cada grupo al igual que la construcción de cuerpos distintos.

Ante la demanda de soluciones a los padecimientos que sufría cada parte del cuerpo se inauguró un mercado, el de la salud, en el cual el cuerpo es una posibilidad de ganancia, dejando de lado los principios humanitarios se entra de lleno al campo de la mercadotecnia, y se instauran las expectativas de una vida fácil sin dolor, se olvidan los principios de una salud sostenida en el cuerpo, el cuerpo se comercializa y se deja el cuidado y sanación de éste en manos de personas ajenas.

El cuerpo pierde su vinculación con la naturaleza y es controlado por las leyes de la oferta y la demanda de los laboratorios farmacéuticos, la medicamentación es una posibilidad de hacer dinero con el dolor o el padecimiento de los otros.

La mercadotecnia imponía la pérdida de contacto con el cuerpo y abría la búsqueda de un curallotodo que fuera la solución final de cualquier padecimiento dejando de lado la reflexión de cómo se construye la enfermedad y su malestar.

La educación juega un papel importante en esto al poner énfasis en que los ciudadanos construyan y se apropien de una representación que han elaborado otros, sin pasar por su propia representación del cuerpo. Lo que significa que el sujeto no tiene ejercicio de su conciencia, la despersonalización tiene una función muy importante: se constituye en ese proceso de la racionalidad de los otros y la crítica para los otros, pero no en el ejercicio de la autocritica. Los cuerpos tendrán

que comportarse de una forma aceptada, es así como el cuerpo queda gobernado por los deseos de los otros (López, 2000^b).

El cuerpo es el primer instrumento para comunicarse con los demás el individuo sin embargo no se desarrolla ni se construye en su instrumento natural, hace una vendimia en su cuerpo entra en la búsqueda de accesorios para ponerle al cuerpo siendo esto una idea de progreso o desarrollo tanto en lo orgánico como en lo psicológico.

Lo relevante de la idea de articular lo subjetivo (o simbólico) con el conocimiento de la sociedad y del individuo como una forma de construcción obedece a considerar el cuerpo humano como fruto del símbolo social, cultural y un proceso de la construcción individual para llegar al tema de la salud y los sistemas de vida. El cuerpo es el espejo de una época de un sistema político. La importancia de identificar los sistemas políticos, los educativos y los religiosos de cualquier cultura nos ubica en sus formas de construcción corporal y sus sistemas de vida y muerte. El proceso de construcción de lo simbólico se materializa en los seres humanos (op.cit).

Ahora bien las implicaciones de la fragmentación fueron la comparación del cuerpo con una máquina dando una lectura que buscaba la funcionalidad. La realidad social demandaba cuerpos que no debían enfermarse para continuar con sus actividades. El objetivo de la nueva relación social con el cuerpo era no sentirlo, tratar de negarlo y restarle las posibilidades de percepción incorporándolo al trabajo. La relación con el cuerpo en el proceso curativo estaba orientada a que el individuo localizara las zonas de su cuerpo que le presentaban algún tipo de malestar y a que se olvidara de él como unidad, ya que se requerían soluciones rápidas.

Sin embargo comenzaron a aparecer enfermedades como la histeria, enfermedades nerviosa y psicósomáticas que no pudieron ser explicadas bajo la

atomización del cuerpo, y empezaron a ser consideradas como males relacionados con procesos emocionales, al principio se creía que estos padecimientos se relacionaban con problemas de hábitos alimenticios posteriormente se fueron vinculando a problemas existenciales, de competencia y responsabilidad de elección del plan de vida, problemas que originaba un sistema basado en las ideas evolucionistas de Darwin y .Spencer (evolución cultural) “la sobre vivencia del más apto”.

El proceso psicossomático se convirtió en una nueva realidad corporal y los síntomas que se manifestaron le dieron fuerza a la propuesta de fragmentar el cuerpo y buscar nuevos profesionistas para su estudio. De esta manera se dejó de lado la búsqueda de nuevas explicaciones al fenómeno la única alternativa fue la necesidad de un medicamento que pudiera dar resultados con los trastornos emocionales. Bajo este margen surgió la medicina alópata contemporánea.

La concepción que la medicina occidental o alópata maneja tiene su origen en el paradigma cartesiano de la división mente – cuerpo, paradigma que ha gobernado nuestro entendimiento y que desmenuza la realidad en pedazos más y más pequeños (análisis) y diferencia entre ellos (discernimiento).

Desde hace mucho tiempo la forma de abordar el cuerpo ha sido a través de la especialización de cada órgano, en la fragmentación y en la consideración solo de lo orgánico y de la razón, como el medio más efectivo para lograr la salud, la realidad social que enfrenta hoy en día el planeta y en especial el país ha rebasado esta concepción ya que actualmente existen una serie de enfermedades cuyo abordaje meramente orgánico ha quedado limitado, la medicina occidental ya no brinda las soluciones que demanda una población enferma que enfrenta un vacío al descorporalizar sus emociones, sus miedos, su intuición, al pensar y luego existir, al vivir en una realidad fragmentada. La fragmentación se ha hecho inútil para explicar los nuevos padecimientos y solucionarlos y ha incrementado actualmente las enfermedades psicossomáticas porque aunque se haya dejado de

lado durante mucho tiempo, el cuerpo es una unidad, y a pesar de todo nunca ha dejado de serlo.

La medicina occidental que en un inicio se valió de la fragmentación del cuerpo y en la división de lo orgánico y lo emocional para curar a las personas enfrenta actualmente una desvinculación con las enfermedades psicosomáticas cuyo origen no se limita a la afección de un órgano sino a la vinculación de este con una emoción, el aplicar un medicamento con una función en particular para un padecimiento determinado, que atenué el problema ya no es garantía de salud-felicidad porque el cuerpo posee una serie de relaciones que ya no pueden ser negadas.

Cuando un padecimiento no encaja en la sintomatología ya establecida se coloca en el rubro de enfermedades psicosomáticas, en donde desde la perspectiva de la medicina alópata, la enfermedad será el resultado de varias causas, entre ellas las emociones, sin llegar a considerar a éstas como el origen de la enfermedad ya que si bien la enfermedad es una construcción social, las emociones al ser diseñadas y aprendidas por el contexto en el cual se desarrolla el individuo serán los cimientos de la enfermedad y el cuerpo el vehículo donde se manifestarán. El cuerpo es más que meros procesos fisiológicos el cuerpo es una red compleja de cooperación del cual no se pueden excluir las emociones y los sentimientos.

Es así como lo psicosomático es un refugio de los seres humanos ante la inmensidad de mensajes que le llegan al cuerpo, lo psicosomático ha sido abordado desde la medicina alópata dando como resultado la medicina psicosomática de la cual hablaremos a continuación.

La medicina psicosomática estudia la importancia de los factores psicológicos en diversas enfermedades corporales. Describe de que forma y en que medida la aparición, el curso o la superación de las enfermedades físicas están determinados en cierto grado por procesos biológicos, psicológicos o sociales. En sentido estricto, deberá demostrarse que las manifestaciones y el desarrollo de una enfermedad son influenciadas por factores psicosociales para ser consideradas como enfermedades psicosomáticas.

La enfermedad psicosomática ha sido definida como una reacción física ante una vivencia o estado conflictivo en el que se observan cambios en el cuerpo y se desarrolla una enfermedad orgánica. En ocasiones el ser humano, al no poder o no querer enfrentar su condición emocional, se enferma. La vida emocional encerrada en el cuerpo puede materializarse en un síntoma físico, la somatización se genera por centrar la búsqueda de un mal en el organismo, descuidando el aspecto mental y emocional donde el paciente en muchas de las ocasiones desconoce la relación de sus emociones con su dolencia orgánica. (Quezada, 2002).

Bajo esta perspectiva sería inútil hacer la distinción entre enfermedades orgánicas y psicosomáticas ya que el ser humano es biopsicosocial y nunca deja de serlo sin embargo no hay que olvidar que el sistema salud y en general la vida de las personas están bajo el paradigma de la fragmentación mejor conocido como paradigma cartesiano.

Lo somático se convirtió en la opción ante las limitantes de los modelos médicos para poder explicar el proceso de lo corporal desde otra lógica o romper con la fragmentación y acercarse de forma más humana a los individuos, ya que resulta más sencillo decir que una enfermedad es psicosomática cuando no encaja en una sintomatología ya establecida.

La clasificación de las enfermedades psicosomáticas obedece a la nueva forma de etiquetar las enfermedades que no han podido ser resueltas bajo el modelo biomédico que fragmenta el cuerpo, lógica que no puede comprender el complejo proceso de construcción individual en la cual la relación de las emociones y el cuerpo vienen a darle una nueva interpretación.

Si bien las emociones han venido a ser consideradas como parte de las enfermedades, la correlación que existe entre ellas no interesa, lo que interesa es cuando y como se da el proceso de cambio en el cuerpo y en éste caso no se habla de una somatización sino del efecto que tiene un cambio o desajuste emocional en el cuerpo pero no el cómo una emoción puede instalarse en un órgano y dañarlo (López, 2002).

Hoy en día se hace necesaria otra lectura del cuerpo, una que lo considere como un todo, que no se valga de la fragmentación y que le devuelva su unidad de esta manera cuerpo y emoción no estarían separadas y toda curación iría dirigida no solo a la eliminación del síntoma del cuerpo, sino también a buscar el equilibrio del individuo, ¿cómo se lograría esto?, considerando al individuo como un ser con historia, con creencias, con emociones, con miedos, y no solo con cuerpo.

Esta lectura del cuerpo busca la integración de lo corporal con lo emocional considerando a la enfermedad psicosomática como un refugio que el individuo ha construido al no saber enfrentar una realidad que descorporaliza sus emociones, que le demanda efectividad y que se deshaga de ellas, la fragmentación no solo tuvo impacto en la manera de curar a las personas sino también en como cada persona se apropia de la vida. Las enfermedades psicosomáticas y en general cualquier padecimiento grita desajustes que van más allá de lo orgánico, grita miedos, tristezas, enojos, vacío, un vacío que surgió al creer que la razón iba más allá de la intuición, de lo que sentían de lo que creían, la razón y la intuición dejaron de articularse dándole prioridad a una.

De ésta manera el estilo de vida de cada persona está influido por la fragmentación al igual que las enfermedades, las cuales no son la simple manifestación de un desajuste orgánico o mental por separado, como menciona la medicina occidental, sino la construcción que cada individuo gesta a partir de sus emociones, de sus creencias, de su historia de vida de su relación con la naturaleza con su entorno y que son instaladas en un órgano y manifestadas a través de síntomas y padecimientos que hacen creer que es meramente orgánico.

El estilo de vida de cada persona se ve marcado por un momento histórico particular que atraviesa el país que habita, el entorno natural y la familia en la que se desarrolla, los usos sociales del cuerpo, las tradiciones y costumbres de cada familia marcan la vida de cada persona desarrollando pautas de convivencia específicas. Cada familia permite de acuerdo a sus códigos de comportamiento y costumbres, que cada integrante se apropie de emociones particulares y de ciertos modos de afrontar los sucesos que le acontecen. Cuando el capitalismo tuvo su auge en México vino a favorecer la migración de personas del campo a la ciudad, y con esto las costumbres de ambos contextos vinieron a formar una amalgama de costumbres y tradiciones un sincretismo resultado de la diversidad de gente. Ante este sincretismo cada familia trata de imponer sus costumbres a sus miembros que se ven en conflicto cuando amplían sus contextos de convivencia a la escuela, al trabajo, y a los demás entornos en los que han de desarrollarse, todo esto lleva a que cada persona desarrolle ciertas habilidades, costumbres, modos de pensar, emociones y sentimientos que gobernarán su vida, que le permitirán crecer, confundirse y vivir de un modo muy particular. Al considerar a las enfermedades como construcciones sociales, todo esto no debe dejarse de lado y debe de considerarse el momento histórico particular que vive cada persona.

Es así como bajo la lectura de un cuerpo en unidad no fragmentado y la incorporación de las emociones y la naturaleza se da una nueva concepción de la enfermedad vista así como una construcción social, una construcción social

porque se da en un momento histórico determinado, en un individuo en particular con una historia familiar, una historia de creencias, de emociones, de cultura y todo esto es lo que da paso a la gestación de una enfermedad, siendo esta no solo la incursión de un agente extraño al organismo o la pérdida de homeostasis sino la conjunción de todas las características del individuo, la manifestación de sus emociones de las relaciones que establece con el otro, de su estilo de vida, de los patrones de conducta que aprendió de acuerdo a su contexto, de sus características físicas, de los procesos de urbanización y mercantilización a los que se enfrenta, de su historia para ser breves, es decir, la enfermedad es una construcción, cada quien la esculpe de acuerdo a sus carencias, a sus miedos, no es una mera casualidad o castigo divino, sino el resultado del trabajo que cada sujeto realiza con su cuerpo y sus emociones.

Bajo éste marco la somatización de la que vamos a hablar en adelante se relaciona con la historia que el padecimiento ha desarrollado en el cuerpo y que le permite manifestarse de un modo particular, es decir, toda enfermedad aparece no por casualidad o bajo los lineamientos del modelo biomédico el cual ya se ha explicado, ni tampoco se debe a un simple desajuste emocional que podría modificar químicamente el cuerpo, en éste caso apostaré a la visión holística que considera las enfermedades como una construcción social en la cual la historia de las emociones y las enfermedades determina en gran medida los padecimientos que se puedan sufrir. Las emociones se instauran en el cuerpo y para poder entender la forma en que lo hacen me basaré en la teoría de los cinco elementos, ya que el ser humano no solo se relaciona con el otro lo hace también con la naturaleza y el Universo del cual forma parte.

El cuerpo es un microcosmos que se integra en una relación armoniosa con el agua, la madera, el fuego la tierra y el metal. Cuando estos elementos se destruyen en el planeta Tierra, el cuerpo vive las consecuencias, hoy en día la contaminación del planeta, la urbanización, la deforestación coinciden (si acaso es coincidencia) con el estrés desmedido y la incidencia de enfermedades nuevas y crónicas que aquejan a la población mexicana.

El desequilibrio energético en las personas es una consecuencia de esto, al romperse la relación que tiene el cuerpo con su entorno (la naturaleza) se rompe el equilibrio en el propio cuerpo (afectando sus órganos) y se acentúa determinada emoción que caracteriza al individuo (López, 2002).

El ser humano no solo está en relación con las emociones de él mismo y de los otros sino también se relaciona con el universo, con las estrellas, con las plantas, con los animales y los elementos, con cada partícula que integra la naturaleza y el macrocosmo, es decir, cada individuo es parte del todo y el todo es más que la simple suma de sus partes, todo lo que ocurra al universo se refleja en el ser humano y viceversa, todo esta interrelacionado y busca una convivencia sana entre todas las partes y entender este simple principio proporcionaría un equilibrio y una mejor calidad de vida.

El ser humano no solo es un ser lógico, sino un ser cosmológico abrigado por mitos, símbolos, lo cual solo puede entenderse si se aborda el cuerpo en unidad. Sin embargo a partir de Descartes, quien propone la filosofía moderna la dualidad y con ello inicia la fragmentación del cuerpo humano tanto teórica como prácticamente, se le da prioridad a lo racional.

Con ésta dualidad se enfrentara un constante conflicto de relación: la mente versus el cuerpo, lo simple versus lo complejo, el hombre versus la mujer, lo bueno-malo, el cielo- el infierno. Visualizar al ser humano en unidad permitirá trascender dicha filosofía occidental (Duran, 2004).

Para poder entender como el cuerpo se construye y se materializa en la vida se abordara una visión oriental que expone la teoría de los cinco elementos de la naturaleza sobre la generación de energía para la vida. Dicha teoría esta basada en los elementos de la naturaleza y se refiere a la manera como se articulan en un ciclo vital para dar inicio a su existencia, de ésta manera el elemento fuego al generar cenizas, permite la aparición de la tierra, y la tierra a su vez en sus capas internas del subsuelo produce el metal, el cual ayuda a la filtración de las lluvias para general agua, la que produce la madera que finalmente produce fuego, y así se mantiene un ciclo que continua y persiste, generando vida.

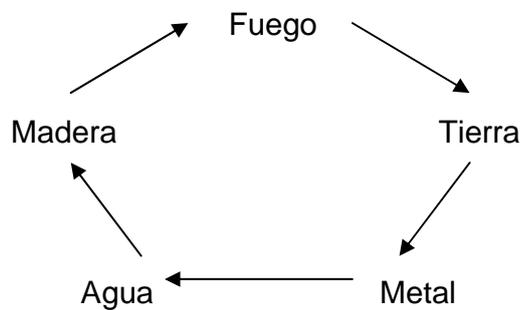


Figura1. Ciclo vital de la Teoría de los cinco elementos.

En éste mismo ciclo interviene una relación de dominancia que permite a la vez la regulación de cada uno de los elementos y un equilibrio. Así el fuego domina el metal, fundiéndolo; el metal a la madera, pues la corta; la madera sobre la tierra, ya que la penetra; la tierra sobre el agua, pues la absorbe y por último el agua sobre el fuego pues lo apaga. Cuando sucede una contra dominancia entre ellos se provoca el desequilibrio.

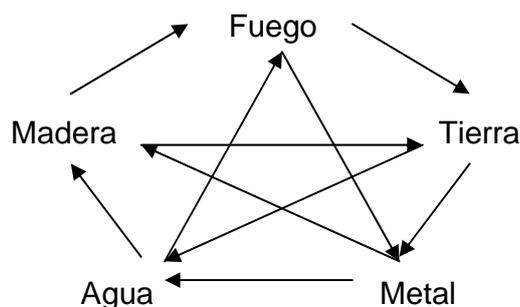


Figura 2. Relación de contra dominancia entre los elementos.

La visión oriental traslada éstos elementos al cuerpo humano y encuentra una relación equivalente en los órganos principales, cada órgano contiene un elemento en relación con la naturaleza, (corazón-fuego, bazo-tierra, pulmón-metal, riñón-agua e hígado-madera) y a su vez la une a las emociones (alegría, obsesión, tristeza, miedo, e ira) ya que el ser humano no solo se compone de órganos sino también de emociones y cada una esta instalada en algún órgano en particular, permitiendo la construcción del ser humano de forma integral.

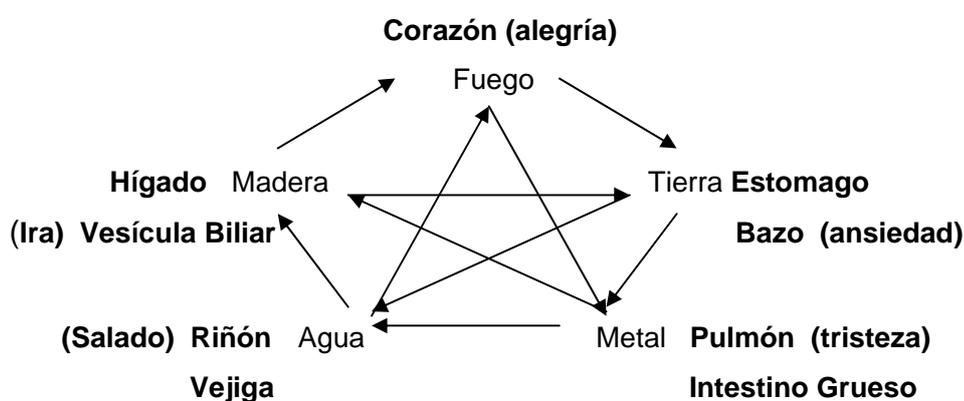


Figura 3. Relación entre elementos, órganos y emociones.

Así como la naturaleza se encuentra interrelacionada e interdependiente entre sus elementos básicos (tierra, aire, metal, agua, madera y fuego) el cuerpo en analogía a ellos se encuentra de igual manera interrelacionado. Cuando la energía que fluye a través del cuerpo y se almacena en algún órgano o hay contra dominancia entre ellos se pierde el equilibrio.

Cada órgano como ya se mencionó esta en relación con una emoción cuando la energía que fluye a través del cuerpo se almacena en un órgano en particular, no solo afecta al órgano sino a la emoción que se relaciona con dicho órgano. Para poder comprender mejor como se relaciona cada órgano con una emoción a continuación se ampliará dicha explicación.

El ser humano es un ser que se construye a partir del conocimiento, la sociedad occidental ha dado prioridad a la razón , el ser humano piensa y luego existe y los procesos de aprendizaje son comprendidos bajo un paradigma neuronal de redes de pensamiento que se elaboran o son únicas del cerebro, sin embargo bajo la visión integral de la teoría de los cinco elementos puede comprenderse y ponerse de manifiesto la forma en que el cuerpo y todos lo órganos participan en éste proceso de aprendizaje y como cada emoción a su vez se relaciona con cada uno de ellos.

“...Cuando el sujeto elige conocer algo, lo hace con el corazón, ya que éste proporciona ánimos para aprender, el intestino delgado se encuentra acoplado a la energía del corazón y en el proceso de conocimiento, ayuda a asimilar lo aprendido así como lo hace con los nutrientes. El **corazón** es la sede de la **alegría**, del respeto, y se manifiesta en el habla. Aprender con el corazón es hacerlo con gozo, diversión y deleite, es también hacerlo con responsabilidad. En el corazón se atesoran los sentimientos que llevan al sujeto a la elección. Esta energía de elección continúa su flujo en el cuerpo de manera circular, de derecha a izquierda, para ser transmitida al **bazo**, en el cual se atesora la mente. El bazo proporciona el buen sentido de la concepción y se es más receptivo ante nuevos pensamientos, ideas y costumbres. Se relaciona con la asimilación del conocimiento y se manifiesta en el poder de la voz. El **estomago** se acopla a la energía del bazo. Si la condición de salud es buena en el sujeto, la trayectoria mencionada se da, pero si este flujo de energía se estanca entre esos dos órganos provocando el desequilibrio de la energía, se provoca en el corazón sentimientos contrarios como son la **impaciencia**, la **precipitación**, la **arrogancia**, la **crueledad e incluso la violencia**. En el bazo se generan sentimientos tales como **obsesión y preocupación**. El sujeto que se encuentre en estas condiciones, difícilmente será creativo...” “... Una vez que la energía dirigida al conocimiento se ha estancado en esos dos órganos, corazón y bazo, el flujo circular de la misma hacia el hemisferio derecho se ve disminuida y los

demás órganos que a su vez participan en la construcción de conocimiento al no recibir una cantidad de energía adecuada se ven afectados...”

“...El órgano que recibe la energía del bazo es el **pulmón** quien tiene acoplado al **intestino grueso**, puede participar en el conocimiento porque se manifiesta en los sentidos de la piel y del tacto, por medio de ellos incrementa, corporalmente, la conciencia de lo que nos rodea. Produce sentimientos en un estado de buen equilibrio, de **rectitud y abandono**, por eso puede desechar ideas añejas. Si la administración de energía no es buena, el pulmón produce sentimientos de **aflicción, tristeza y pesar**. Por su parte, el intestino grueso, que se relaciona con la eliminación y la descarga del cuerpo, nos hace más abiertos, tanto mental como físicamente, por lo tanto, por ejemplo, cuando se padece estreñimiento, el cuerpo se encuentra más cerrado al conocimiento, con falta de interés ante ideas nuevas, con pocos deseos de cambiar nuestra vida. La energía del pulmón pasa a proveer al **riñón**, pero una energía tan debilitada solo produce el sentimiento de **miedo** en el sujeto, cuando, este último órgano es capaz, dentro de su buen funcionamiento, de liberar sentimientos como **vigilancia, quietud y suavidad**, a favor del conocimiento. Ya que el riñón está conectado a la apertura de los oídos, cuando los riñones son fuertes, se incrementa nuestra agudeza auditiva, esto ayuda a la capacidad de conocer y aprender. Al riñón se encuentra acoplada la vejiga, que se encarga de eliminar los fluidos tóxicos, con lo cual se tiene siempre una sangre purificada para que fluya de manera mas libre, asimismo fluirán las ideas.

El **hígado** al recibir energía débil generara sentimientos de **ira y agresividad**. Por sí mismos el hígado y la vesícula biliar proporcionan la posibilidad de que el sujeto sea más **asertivo** y de que tome decisiones más fácilmente. La apertura del hígado son los ojos por ello su principal fuente de energía es visual. En condiciones adversas a su funcionamiento la visión resulta dañada, lo cual dificulta lo que vemos y la integración de lo que aprendemos y conocemos. La energía del hígado se trasmite hacia el corazón y así continúa en ciclo de generación de energía de manera constante...” (Duran, 2002)

La Teoría de los cinco elementos, trasladada a nuestra realidad mexicana explica de forma clara porque hoy en día la gente enferma y muere y porque los capitalinos se caracterizan por enfermedades que en otros lugares se dan muy poco o no se da; por ejemplo la gastritis enfermedad que alrededor de 60% de la población mexicana la padece, se relaciona con el estilo de vida de la ciudad que es acelerado y exigente, por lo que la ansiedad y el estrés son las emociones predominantes en la gente y el elemento de la naturaleza relacionado con este padecimiento es la tierra que cada día es aplastado por capas de concreto que conforman las carreteras y el piso de la ciudad.

Lo que acompaña al desequilibrio energético cuerpo-mente-sentimientos es la fragmentación y la falta de articulación entre las dos formas de conciencia esenciales de la naturaleza humana, la racional y la intuitiva. Nuestra cultura las ha considerado como experiencias pertenecientes a categorías separadas, cuándo en realidad son partes alternadas en una misma realidad. El aspecto racional es el lado activo y científico de la naturaleza humana, es el elemento masculino (yan), mientras que el aspecto intuitivo es el lado sensible, cooperativo y místico de la humanidad, es el lado femenino (yin) (Duran, 2004).

Los procesos vitales del ser humano se relaciona con la naturaleza, con el flujo de energía circulante en un ciclo que da vida, equilibrio, tanto en la razón como en la intuición (vinculada a las emociones, a la manifestación de lo que siente y de lo que se es) y del cuerpo al articular al ser humano en un todo se debe considerar provisto de éstos rasgos de un cuerpo de una intuición y de una razón, ya sin dualidad y sin fragmentación y a la vez unido al cosmos.

CAPÍTULO III.
Metodología
Resultados
Análisis de resultados
Conclusiones

Metodología.

La tesis de la presente investigación parte de la idea que toda enfermedad es parte de una construcción social que reducir un padecimiento a un proceso orgánico sería reducir a una persona a solo órganos, olvidando las relaciones que establece con su entorno, con todas las personas que le rodean y las emociones que éste llegue a expresar.

La metodología de la presente investigación es cualitativa ya que busca conocer el proceso que cada persona sigue en la construcción de su enfermedad en este caso de la gastritis, además de que permite un acercamiento directo con las experiencias del individuo, con su aprendizaje con su historia, con los procesos de salud-enfermedad, con las relaciones que establece con su entorno y la naturaleza, las características de la cultura a la que pertenece, las características de su contexto, su momento histórico, todo esto mediante el relato oral y la observación compartida que buscara a través del relato del participante construir su vida, su historia permitiéndole reflexionar y aprender a través de sus palabras, más de si mismo.

El método etnográfico es el método que se basa en la observación y descripción de los distintos aspectos de una cultura o pueblo determinado, como el idioma, la población, las costumbres y los medios de vida. A través de la observación compartida, basada en el método etnográfico, se busca recabar información observando de forma directa las costumbres y las características de un grupo en particular.

En un estudio realizado por Duran (2005) se intentó a través de la observación compartida conocer, las diferentes técnicas de enseñanza empleadas por los profesores en las aulas de estudiantes de bachillerato y como las características, aprendizajes y vivencias particulares de cada profesor permiten una técnica de enseñanza propia.

Para poder acceder a esta información se observó a cada profesor en el aula grabando las clases impartidas por ellos y luego se confrontó la información, tratando de identificar las diferencias y similitudes entre lo observado e interpretado.

Lo encontrado en esta investigación permitió sentar las bases para creer que la observación compartida permite acceder a las características particulares de una persona o de un grupo.

Basándonos en este método intentaremos conocer a través de la observación y del relato de cada persona sus costumbres familiares, la forma como se relaciona con los demás, como afronta sus emociones y estilo de vida para así poder encontrar la ruta de construcción de la enfermedad que padecen.

Participantes.

Nuestra población se compuso de 20 participante de los cuales 5 fueron hombre y 15 mujeres, el rango de edad fue de los 10 a los 50 años, con nivel económico medio- bajo habitantes todos ellos del Estado de México y con diagnóstico médico de gastritis, los participantes fueron contactados directamente.

Materiales.

Hojas de papel, lápices.

Instrumentos y Aparatos.

El instrumento empleado en esta investigación fue una guía de entrevista (ver anexo) que se desglosa en circunstancias de embarazo y nacimiento, crianza, estilo de vida, padecimientos significativos, relaciones familiares, datos demográficos, laborales y concepto de la enfermedad.

Se empleo también una grabadora de Voz Sony TCM150.

Una vez que se reunió la información a través del relato de vida de cada participante y basándonos en la observación compartida pudimos armar ocho categorías, cada una con subcategorías, cada categoría fue armada en base a lo relatado por cada participante y a las constantes que a través de las veinte entrevistas pudimos armar.

A continuación describiremos las ocho categorías, es importante mencionar que la definición de cada una de ellas fue construida a partir del relato de los entrevistados y de la interpretación que se hizo a partir de dicho conocimiento.

Categoría I. ABANDONO DE LOS PADRES

Abandono paterno.

El abandono paterno será entendido como la ausencia física total o el desapego emocional del padre dando como resultado una relación distante. La actitud del padre hacia el hijo en caso de que haya convivencia física es rígida, poco expresiva y solo de respeto. Generando sentimientos de coraje y resentimiento en el hijo.

Abandono materno.

Será entendido como la ausencia física por periodos de tiempo de la madre.

Motivados por las actividades que desempeña como trabajar fuera de la casa para la manutención del hogar dejando en manos de otra persona el cuidado de los hijos

Categoría II. RELACIÓN MADRE-HIJO

Madre rígida.

Entenderemos por madre rígida aquella madre estricta que impone reglas, límites y obligaciones en cuanto a la educación y conductas de sus hijos, en un deber hacer, causando en ellos una relación de desapego emocional hacia ella

Categoría III. EXIGENCIAS FAMILIARES.

Educación estricta.

Será la exigencia marcada de los padres hacia los hijos de ciertas conductas, por ejemplo obtener buenas notas en la escuela, estar al cuidado de los hermanos, ser un ejemplo para estos, etc.

Categoría IV. COMO AFRONTO MIS EMOCIONES.

Tragándome mis emociones.

La manera en que cada persona enfrenta cada situación está en función de las experiencias y aprendizaje a lo largo de su vida. En este caso la mayoría de los entrevistados manifestaron sentirse incapaces de expresarle a los demás sus emociones optando por quedarse con ese sentimiento y no expresarlo.

Categoría V. TIPO DE ALIMENTACIÓN.

Duración entre comidas.

En esta categoría incluiremos el largo periodo que pasa entre una comida completa y otra, así como el poco número de veces que consumen alimento al día.

Alimentos favoritos.

Esta categoría incluirá los alimentos que consumen con mayor frecuencia, siendo estos los alimentos chatarra y las carnes rojas.

Categoría VI. CONSUMO DE MEDICAMENTOS.

Medicamentos de mayor consumo.

Los medicamentos de mayor consumo en nuestros entrevistados son aquellos que contienen ácido acetilsalicílico y la razón principal por la cual lo consumen es por enfermedades respiratorias.

Tratamiento para la gastritis y duración.

El medicamento más común en las personas con gastritis es la ranitidina y la duración de este tratamiento es corta ya que lo consumen solo para calmar las molestias.

Categoría VII. GASTRITIS COMO ESTILO DE VIDA.

Como enfrente la enfermedad.

En esta categoría identificaremos la manera en que los entrevistados se apropiaron de la enfermedad restándole importancia y viéndola como parte natural de su vida, considerando que hoy en día es “normal” enfermar de gastritis por el ritmo de vida y el estrés diario

Categoría VIII. TIPOS DE EMPLEO.

Trabajo bajo estrés.

Este tipo de trabajo será entendido como aquel que demanda una inversión mayor de tiempo y de actividad que un trabajo común, es decir aquel empleo que absorbe la mayor parte del día y que expone a la persona a estar presionado en tiempo y en actividad.

En base a estas categorías presentaremos los resultados extrayendo de cada entrevista los fragmentos más relevantes y que vienen a dar sentido a cada categoría.

Participante	Nombre	Edad	Estado civil	Género	Ubicación geográfica	Lugar de Nacimiento	Constelación Familiar	Lugar que ocupa entre los hermanos	Tipo de vivienda	Religión	Nivel Escolar
1	Yareli	10 años	soltera	femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	San Agustín Ecatepec Estado de México	Vive con su abuela, su abuelo, una tía su mamá y hermana menor	Hermana mayor	Vive en unidad habitacional su casa es de un solo piso con pisos de loseta, la distribución es poco adecuada y hay amontonamiento de muebles, además de que la niña tiene que compartir la cama con su abuelo ya que las habitaciones son insuficientes para los miembros de la familia	Católica	Estudiante de sexto grado de primaria
2	Claudia	14 años	soltera	femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Estado de México	Vive con su mamá y dos hermanas mayores	Hermana menor	Vive en una unidad habitacional su casa es de un solo piso, su construcción es de cemento con acabados en tirol, los pisos son de azulejo, la distribución de la casa es adecuada y cuenta con todos los servicios	Católica	Secundaria concluida
3	Abraham	17 años	soltero	masculino	Tlalneguilla Estado de México	Estado de México	Vive con su mamá, papá y un hermano menor comparte además la casa con sus abuelitos maternos	Hermano mayor	Su casa es de una planta tiene dos recamaras, baño cocina, sala y comedor, paredes y techo de cemento liso y pisos de mosaico (en algunas partes) cuenta con todos los servicios.	Cristiana	Preparatoria concluida
4	Alejandra	17 años	soltera	femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Estado de México	Vive con su mamá y una hermana mayor	Hermana menor	Habita la planta baja de una casa duplex, en una unidad habitacional, la distribución de la casa es adecuada, no haya amontonamiento de muebles, la construcción es de cemento con acabados, los pisos son de azulejo y la casa cuenta con todos los servicios.	Católica	Preparatoria trunca

5	Alberto	18 años	soltero	masculino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Santa Clara Estado de México	Vive con su padre, con su madre, un hermano mayor y en una construcción realizada en el patio de su casa viven cinco familiares más.	Hermano menor	Vive en una casa duplex, el entrevistado habita la planta alta, los techos son de unicel con estructuras metálicas y acabados en tirol, las paredes son de tabique rojo con aplanados, los pisos son de cemento con azulejo.	Ninguna	Preparatoria trunca
6	Ana	19 años	soltera	femenino	Coscalco Estado de México Zona	Apizulco Estado de Guerrero	Vive con su mamá, papá y dos hermanas menores	Hermana mayor	Habita el tercer piso de un edificio del INFONAVIT, la casa es de cemento con acabados y cuenta con todos los servicios, la distribución de la casa debido a su dimensiones se dificulta, mostrando amontonamiento de muebles aunque la casa esta ordenada es difícil transitar por los pasillos ya que son reducidos.	Católica	Preparatoria concluida
7	Arely	20 años	soltera	Femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	México Distrito Federal	México Distrito Federal	Hermana menor	Vive en una unidad habitación su casa es de planta baja con dos cuartos cocina, un baño, sala y comedor, los pisos son de loseta, la construcción es de cemento con acabados en tirol, cuenta con todos los servicios básicos y por las dimensiones de la casa hay amontonamiento de muebles y poca ventilación e iluminación	Católica	Carrera Técnica
8	Lorena	22 años	casada	Femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Estado de México	Vive con sus padres, tres hermanos, y dos hijas	Hermana menor	Su casa es un cuarto corrido sin habitaciones, los techos son de lámina, las paredes son de cemento al igual que los pisos, cuenta con los servicios básicos y debido a la cantidad de personas que viven en la casa y a las dimensiones de ésta hay emancipación, poca ventilación e iluminación.	Católica	Secundaria Trunca

9	Efraín	27 años	casado	Masculino	Estado de México Acolman	Estado de México	Vive con su esposa y dos hijas	Ocupa el cuarto lugar de cinco hermanos	La casa es de un solo piso la construcción es de cemento con aplanados, cuenta con dos cuartos sala, comedor y cocina, los techos son de lamina de asbesto, la distribución de la casa es la adecuada por lo que no hay amontonamientos, tiene todos los servicios básicos.	Católica	Preparatoria
10	Patricia	29 años	casada	Femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con su esposo y sus dos hijos en la planta baja de su casa, en la planta alta vive su mamá y su hermano	Es la tercera de cinco hermanos	La casa es de dos pisos la construcción es de cemento la entrevistada habita la planta baja de la casa ya que en la planta alta habita su mamá con uno de sus hermanos.	Católica	Segundo grado de secundaria
11	Karina	30 años	Soltera	Femenino	Ecatepec Estado de México Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con sus padres y su hija	Es la hermana mayor, tiene un solo hermano	La casa en la que vive es de un solo piso, cuenta con dos cuartos, sala comedor, cocina, un baño completo, hay una mala distribución de los muebles provocando amontonamiento, además de que hay poca ventilación en la casa, cuenta con todos los servicios básicos.	Católica	Carrera Técnica
12	Gina	31 años	divorciada	Femenino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con su mamá, su papá, un hermano, y sus tres hijos	Es la mayor de cuatro hermanos.	La casa que habita tiene 3 recamaras, sala comedor, cocina, estancia pequeña, un cuarto usado como bodega, patio y es de dos plantas, ella habita la planta baja, los pisos y techos son de losa.	Católica	1er semestre de CONALEP y carrera de estilista

13	Norma	34 años	divorciada	Femenino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con sus cuatro hijos en una casa ubicada en la planta alta de la casa de su mamá.	Es la tercera de cinco hermanos	La casa que habita es de un solo cuarto en donde organiza cocina y recámara, hay emancipación y amontonamiento de muebles, las paredes son de ladrillo, los pisos de cemento y el techo de lámina, no cuenta con servicios básicos,	Católica	Quinto grado de primaria.
14	Elena	35 años	Casada	Femenino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con su esposo y dos hijos	Es hija única	La casa que habita es la planta alta de una casa duplex, los pisos son de loseta, las paredes y techo de cemento, tiene dos recámaras, baño, sala comedor, y cocina.	Católica	Carrera comercial
15	Leury	36 años	Casado	Masculino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Estado de Michoacán	Vive con su esposa y dos hijas.	Ocupa el quinto lugar de siete hermanos	Habita la planta alta de la casa de sus padres la construcción es de cemento con pisos de cemento la casa cuenta con dos habitaciones, sala-comedor, cocina y un baño completo	Católica	Preparatoria
16	Rosa	37 años	Casada	Femenino	Estado de México Coacalco	Estado de Guerrero	Vive con su esposo y tres hijas	Ocupa el sexto lugar de doce hermanos	La casa que habita es de tres cuartos, sala, comedor, cocina, un baño completo, los pisos son de loseta, las paredes y techo son de cemento. La casa esta ubicada en el tercer piso de un condominio.	Católica	Preparatoria

17	Rosa María	45 años	Divorciada	Femenino	Estado de México Municipio de Acolman	Estado de México	Sola	Hermana mayor de tres hijos	La casa es amplia, con buena distribución se compone de planta baja y planta alta los pisos son de loseta y alfombrado, cuenta con dos cuartos, estudios, sala comedor y un baño completo, la entrevistada habita sola el inmueble aunque vive cercana a la casa de su mamá con quien convive la mayor parte del tiempo.	Católica	Carrera Técnica
18	Guillermo	46 años	Casado	Masculino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Veracruz	Vive con su esposa, tres hijos y niera.	Hijo único	Habita al planta alta de una casa duplex, su casa se compone de dos habitaciones, sala comedor, un baños completo y cocina la distribución de la casa no es adecuada y hay amontonamiento de muebles y poca ventilación e iluminación.	Católica	Primaria
19	Lourdes	48 años	Casado	Femenino	Estado de México Ecatepec Zona Nor Oriente	Distrito Federal	Vive con su esposo, dos hijas y dos nietas	Sexto lugar de quince hermanos	Habita la planta baja de una casa duplex, los pisos son de loseta, las paredes y techo de cemento, cuenta con dos cuartos, sala comedor cocina y un baño completa, la casa presenta hacinamiento y hay una distribución adecuada produciendo amontonamiento.	Católica	Quinto grado de primaria.
20	Nieves	50 años	Casada	Femenino	Estado de México Ecatepec zona Nor Oriente	Pezacho, Michoacán	Vive con su esposo y su hija menor	El quinto lugar de ocho hermanos	La casa que habita es de una sola planta, los pisos son de cemento con loseta, las paredes y el techo de concreto, compuesta por sala, comedor, cocina, baño y dos cuartos	Católica	Secundaria

Ocupación	Tipo de Trabajo	Estilo de vida	Sabor predominante antes de la gastritis	Sabor después de la gastritis	Emoción predominante	Familiares que padecen gastritis	Tratamientos para la gastritis	Enfermedades recurrentes
Estudiante de sexto de primaria	No trabaja	No tiene un ritmo de vida acelerado, el vivir en casa de sus abuelos y convivir con una tía le ocasiona conflictos con ella y el tener sobrepeso la condiciona a realizar actividades deportivas aunque de su agrado y a medir las cantidades de comida que ingiere. Por lo general Yareli se siente incomoda en la casa en que vive	Picoso	Picoso	Alegría	abuela	Ninguno	Enfermedades de las vías respiratorias, e infección en las vías urinarias. De pequeña la mamá comenta que se privaba pero que nunca le explicaron las razones que solo le dijeron que era porque estaba muy consentida.
Estudiante de primer años de preparatoria	No trabaja	Es la menor de cuatro hermanas, es muy apegada a su familia y realiza todas las actividades con sus hermanas y su mamá, comenta que durante una época de su vida solía enojarse mucho por cualquier cosita que le pasara.	Picoso	Dulce y salado	Feliz	Nadie	Ranitidina. Tratamiento inconcluso	Enfermedades respiratorias, tos, gripe, bronquitis, anemia y esmatosis.
Estudiante del primer semestre de Licenciatura en Comunicaciones	No trabaja	No considera tener un ritmo de vida acelerado, asiste por las tardes a la universidad y pasa parte de la mañana en su casa solo, ya que sus padres trabajan y su hermano estudia, por lo que el menciona que pasa poco tiempo con su familia y en su casa.	Picante	Dulce	Miedo	Todos en su familia nuclear padecen gastritis.	Ranitidina y Melox, Tratamiento inconcluso	Respiratorias (gripe y bronquitis)
Por el momento no estudia y no trabaja	No trabaja	Actualmente no estudia y se encuentra en su casa ayudando en las tareas del hogar, espera pronto ingresar nuevamente a la preparatoria una vez solucionados problemas escolares y personales, a lo largo de su vida a considerado un gran problema el no poder encontrarse, es decir, el no saber que es lo que realmente quiere y lo que es, lo que le ocasionaba problemas con sus padres ya que ella sentía ser comparada con los logros de sus hermanos, sintiéndose poco reconocida por lo que llegara a lograr.	Picante y salado	Dulce	Depresión y tristeza	Su hermana mayor	Ranitidina y Pepto Bismol Tratamiento inconcluso	Enfermedades respiratorias por la bacteria staphilococcus y depresión

Trabaja en una base taxis	Trabaja en una oficina de taxis, se siente a gusto porque no es tanto tiempo ni es cansado ha sido plomero y ha trabajado en reparación de motos	Le preocupa mucho la estabilidad económica.	Dulce y picante	Dulce y picante	Alegria (a gusto)	Prima	Ranitidina, termino tratamiento de dos semanas y lo consume solo cuando siente molestias.	Enfermedades respiratorias
Estudiante de Licenciatura en Derecho	No trabaja	Asiste a la Universidad por las tardes por lo que ella menciona que se le pasa el tiempo de volada y que se siente apurada pero no presionada porque no le dejan mucha tarea. Ella menciona que sufre de los nervios principalmente en la escuela, de pequeña comenta que las exigencias en la escuela eran elevadas por parte de sus padres en la actualidad ella asume esa exigencia como propia, en las clases hacia sus hermanas siente una gran responsabilidad por ser la hermana mayor.	Agridulce y picoso	Agridulce y picoso	Enojo (coraje) y soledad	Mamá	Ranitidina, tratamiento de quince días en la actualidad consume solo cuando tiene molestias.	Enfermedades respiratorias (gripe y tos) cólicos menstruales, estreñimientos y de los "nervios"
Trabaja en Telemarketing y estudia el bachillerato	Venta telefónica de servicios bancarios, su trabajo es constantemente bajo presión ya que tiene que cumplir con tarifas diarias de llamadas telefónicas además de que tiene que auxiliar en otras actividades como validaciones, su trabajo es de medio tiempo y estudia los sábados el bachillerato.	Trabaja por las mañanas en ventas, en el trabajo se siente un poco presionada, por las tardes regresa y cena con sus padres, mira el televisor con ellos y se va a descansar, eso lo hace de lunes a viernes y los fines de semana estudia el bachillerato ya que concluyo una carrera técnica pero le falta la preparatoria, tiene 3 hermanos mayores todos ellos hombres pero actualmente no viven con ellos ya que son casados pero los visitan los fines de semana.	Agridulce, picoso y salado.	Agridulce, picoso y salado.	Contenta, alegre	Mamá	Ranitidina tratamiento de dos meses, en la actualidad lo consume cuando siente molestias.	Enfermedad respiratoria y tifoidea.
Ama de casa	No trabaja se dedica a las labores domésticas y al cuidado de sus hijas.	Se dedica a las labores del hogar vive con su padres ya que su esposo esta de viaje, se siente incomoda ya que ella menciona que no es lo mismo a estar en tu casa sola haciendo tus cosas a estar en una casa que no es suya. Hacia su esposo siente cierto abandono ya que lo extraña y el gustaria que estuviera para ayudarla a cuidar a sus hijas.	Picoso y ácido	Dulce.	Deprimida	Primo	Ranitidina	Alergia al sol, enfermedades respiratorias y depresión.

Supervisor de Remolques	Se dedica a la fabricación de remolques su trabajo es de mucha presión ya que tiene que cubrir los tiempos destinados a la producción y tiene trabajadores a su cargo.	En su vida hay estrés diario debido a las responsabilidades de su trabajo, comenta que en ocasiones no come en el trabajo por la carga de trabajo y que los pendientes se los llega a llevar a su casa.	Picoso	Picoso	Alegre	Nadie	Ninguno	Enfermedades respiratorias y dolores de cabeza.
Empleada doméstica y vendedora de pan	Por las mañanas realiza el quehacer de una casa, y por las tardes se dedica a la venta de pan en la calle.	Trabaja por las mañanas en una casa haciendo el aseo y por las tardes vende pan en la calle, actualmente ella se siente feliz con su vida y con su matrimonio ya que no tienen presiones económicas y se lleva bien con todos sus hermanos, su trabajo no se le hace pesado y menciona no tener en este momento ningún problema con nadie ni con nada.	salado	salado	Feliz	Nadie	Ranitidina	Ambiasis,
Enfermera	Trabaja como enfermera general en un hospital.	Ella realiza una jornada de ocho horas es un trabajo bajo presión en el cual a veces no le da tiempo de comer, esta casi todo el tiempo sentada y a veces su jornada de trabajo se prolongue. Su ritmo de vida esta sujeto a estrés constante.	Agridulce y picoso	Agridulce y picoso	Amor	Nadie	Ranitidina, panclasa, se automedica	Dolores de cabeza, sinusitis, enfermedades respiratorias.
Estilista	Tiene un negocio propio que es una estética lleva ya seis años trabajando en este ramo.	Su trabajo es bajo presión constante ya que al día atiende a muchas personas y por lo general esta sola ya que no se ha podido acomodar a ningún auxiliar.	picante	picante	Rencor	Nadie	Ranitidina, Melox e inoprazol lo consume cuando siente molestias	Colitis

Es cocinera en un restaurante	Trabaja en un restaurante como cocinera.	Su horario de trabajo es de las cinco de la tarde a la una o dos de la madrugada, un día para ella corre entre el cuidado de sus hijos y su trabajo, en ocasiones se siente presionada por las carencias económicas.	Picante	Dulce	Rencor y tristeza.	Nadie	Ranitidina, lo consume cuando siente molestias	Enfermedades respiratorias (amigdalitis) y de los "Nervios"
Ama de casa y vendedora independiente	Hogar	Las actividades que ella realiza se desenvuelven en el hogar, se dedica a las ventas de calzado por folleto y a la venta de golosinas y frituras.	Picante y ácido	Picante y ácido	Alegría.	Nadie	Asantac y Melox, fue un tratamiento	Amigdalitis
Empleado	Empleo del Gobierno.	La mayor parte del tiempo se dedica a su trabajo, el cual esta bajo presión constante ya que esta encargado de atención de las quejas de las personas que van a realizar un tramite.	Dulce	Dulce	Alegre	Nadie	Losec A, tratamiento completo.	De los ligamentos, enfermedades respiratorias, calculos en los riñones.
Ama de casa	Hogar	Las actividades que ella realiza se desenvuelven dentro de su hogar, ella es quien esta al cuidado de la casa y de sus hijas un día normal para ella se desenvuelve entre hacer quehacer , ir por su hija menor al colegio y tener lista la casa y la comida para todos.	Dulce	Dulce	Coraje y miedo	Hija mayor	Ranitidina, lo consume cuando siente molestias.	De los Nervios, dolores de cabeza.

Enfermera	Es enfermera en un hospital psiquiátrico, es encargada del dpto. de epidemiología.	El trabajo que ella realiza esta constantemente sujeto a presión ya que esta encargada de la difusión e implementación de campañas de vacunación y control de enfermedades tanto dentro como fuera del hospital, su trabajo absorbe la mayor parte de su tiempo y los fines de semana estudia una especialidad en Toluca.	Dulce	Dulce	Tristeza.	Hija.	Ranitidina, Melox y analgésicos para el dolor.	Salmonelosis, colitis nerviosa y enfermedades respiratorias.
Mecánico	Oficial de Mecánica	Trabaja en una empresa en donde se procesa el envase de jugos para beber el se encarga de dar mantenimiento a las maquinas su trabajo es bajo presión constante y le ocupa al mayor parte de su día	Agridulce	Agridulce	Alegría	Nadie	Ranitidina, y Gel.	Dolor muscular, enfermedades respiratorias.
Ama de casa	Ama de casa y atiende una tienda en su propio domicilio	Las actividades las realiza en su hogar y las alterna con una tienda ubicada en su propio domicilio, por lo general se siente angustiada y triste ya que aunado a la gastritis sufre de diabetes.	Dulce y picante	Dulce y picante.	Tristeza y Angustia	Nieta	Ranitidina, y buscapina	Diabetes, enfermedades respiratorias y colitis.
Ama de casa, trabaja y estudia para estilista	Trabaja los fines de semana en un negocio de comida sirviendo o cocinando	Se dedica al hogar alternando esta actividad con un curso los fines de semana trabaja medio día en un puesto de comida.	picante	Picante	Alegría	Hija	Ranitidina	Asma, hipertensión, y enfermedades respiratorias

Medicamentos consumidos a lo largo de su vida	Tipo de alimentación	Alimentos favoritos	Número de veces que come al día	Relación con la madre	Relación con el padre	Concepción del cuerpo	Edad a la que apareció la gastritis
Bactropil, Dolac y medicamentos para la gripe	Carnes rojas, carbohidratos, refresco y picante.	Frituras, refrescos chocolates, y comidas saladas y picantes.	Dos veces al día, una en la mañana y otra en la tarde y en ocasiones pero no siempre cena pan con leche.	Su mamá la regaña muchas veces y le da preferencia a su hermana menor	Lo quiere mucho pero no se lleva bien con él	Un cuerpo delgado es bonito y también una persona buen agente porque de que sirve estar delgado si se es payaso, a ella le gustaría estar delgada para que ya no se burlaran de ella.	10 años
Penicilina.	Carnes rojas, lechuga, papa, zanahoria, guisados fritos	Tacos dorados, bistec empanizado, fruta y frituras con salsa valentina aunque actualmente la consume poco porque le hace daños, así como el refresco.	Tres veces, comida, desayuno y cena.	es casi como mi amiga, nos llevamos bien jugamos	No es muy buena porque casi no lo conoce él ha viajado desde que ella tenía dos años y actualmente solo la visita una vez al año, esto la hace sentir mal, le da tristeza y a veces llora.	no se, este... pues... como una figura, no, este... pues no en realidad nunca... No lo tiene muy definido	13 años
Para la gripe, no recuerda los nombres	Carnes rojas, y comidas picantes, consume frituras, refresco y tabaco	Frituras, y carnes rojas	Dos veces a una, en las mañanas cuando desayuna antes de irse a la escuela y por las noches cuando regresa	Buena de confianza puede llegar a contarle así cuando ha hecho algo mal y sabe que no lo va a regañar y a gritar es como de amistad	una relación común de padre e hijo o sea ni tan amigo y ni tan el jefe que debo de obedecer	El cuerpo es una herramienta que te permite moverte y realizar todas tus actividades.	16 años
Penicilina, Diclosacilina y Prozac	Carnes rojas, frutas y verduras comida muy picosa y salada y pastas	Frutas y pastas	Dos veces al día	Siente que su mamá en algún momento tuvo exigencias con ella al querer que fuera como sus hermanos, que sacara buenas calificaciones no reconociéndola por sus propios esfuerzos	La relación con su padre los primeros años de su vida fue distante ya que convivía poco con él porque llegaba enojado del trabajo, posteriormente convivió más con él aunque poco tiempo ya que él falleció cuando ella tenía 14 años, situación que el afecto mucho	Durante una época considero que un cuerpo delgado era lo ideal de un cuerpo lo que le llevaba a no comer y a querer conservar una figura esbelta, actualmente cree que un cuerpo bonito no es el delgado si no el que refleja lo que eres y seguridad en lo que haces.	13 años

Naproxen	Carnes rojas, alimentos condimentados como el mole	Las chacherías (frituras, papás, chicharrones con salsa), café muy dulce y mole	Tres veces al día	Buena, no hay tantos problemas, aunque a veces lo manda a hacer algún quehacer y él no le obedece lo que hace que ella se moleste y le comience a gritar.	La relación con su papá va mejor que con su mamá porque él es más tranquilo, pasa alguna cosa y su mamá empieza a hablar empieza a gritar, su papá habla quedito así normal, o sea platica con ellos para que no lo vuelvan a hacer	Un cuerpo bonito es un cuerpo porchado, marcado, él se siente bien con su cuerpo, hace ejercicio a veces para sentir su cuerpo "mejor".	13 años
Hormonas y acupuntura	Alimentos fritos (pollo, carne de puerco y res), ensaladas, comidas saladas y condimentadas, como moles así como picosa, café y frituras	Frituras, chicharrones con mucho picante, y las carnes fritas o empanizados.	Una comida completa al medio día antes de irse a la Universidad.	Con su mamá, lleva una relación muy bonita, porque casi todo le cuenta, todo lo que le pasa en la escuela o con los amigos, cosas así si se las cuenta o luego ella le platica como se siente, con ella si lleva una buena relación.	Admira mucho a su papá como persona porque es muy inteligente, muy capaz, lo reconoce mucho se siente orgullosa de su papá pero afectivamente lo respeta y solo lo ve como un sostén económico, eso es lo que ella cree hace un papá pagar los estudios y ya.	Anteriormente consideraba un cuerpo bonito aquel que estaba alto delgado, actualmente ya no le importa si está gorda o flaca, claro que siempre le va a importar ay la llantita o cosas así pero... pero hay veces que dice me siento bien con mi cuerpo y hasta la gente lo nota no y le dicen ay te ves bien lo ha notado y cuando empieza, ay como que me veo algo gorda se lo dicen - ay te ves gorda- actualmente se acepta como esta.	15 años
Tratamiento para la tifoidea pero no recuerda los nombres y tratamiento para las enfermedades respiratorias.	Comidas saladas, carbohidratos	Aroz con plátano, refresco, café y picante.	Dos veces, desayuno y comida.	Demasiado buena con ella es con la que pasa el mayor tiempo, platica más con ella le cuenta sus cosas, si se siente mal, si se siente triste, si tuvo algún problema en el trabajo, ella la aconseja	Buena hay comunicación.	Un cuerpo bonito es el que está bien cuidado aquel que tiene condición física, y que te haga sentir bien contigo misma, ella considera su cuerpo normal.	20 años
No recuerda el nombre de los medicamentos y para la alergia no recibió ningún tratamiento	Mariscos, milanesas, carnes rojas y comida picante y ácida.	Café, refresco, y frituras con limón y salsa valentina.	Tres veces al día, desayuno, comida y cena.	Bien casi no hay pleitos	Buena casi no hay pleitos es con el que mejor se lleva, con el que más platicaba y le tenía confianza antes de casarse.	Actualmente debido a la gastritis ve su cuerpo, delgado ya que en ocasiones no quiere comer, antes estaba más llenita.	19 años

Naproxen, aspirinas, vitaminas (tiamina)	Carnes rojas, pollo, y picante.	Carne con verdolagas, pollo en salsa verde, tacos de conejo y de avestruz comida picosa .	Dos a tres comidas ya que esta cuidando su peso.	Agradecido con ella, porque lo apoyo tanto en estudios como en todo lo que ha realizado	Bien aunque lleva poco tiempo de tratarlo se siente a gusto con el trato hacia él.	Su cuerpo es su caja de herramientas para trabajar día con día, lo cuida pero en el trabajo donde estoy esta sufre muchos accidentes por más que se cuides siempre le ocurre algo, se siente un poco pasado de peso actualmente por lo que le ha bajado un poco a los alimentos que consume ya que eso le hace sentirse mal consigo mismo en ocasiones se baña hasta dos veces al día porque se siente sucio, no se siente a gusto se sofoca muy rápido y se cansa.	27 años
Ninguno, toma remedios naturales	Caldo de pollo, caldo de res, pancita, verdura aguada con pollo.	Verduras cocidas con queso manchego chayote, zanahoria y calabaza frituras con chile y funa diez cigarrillos diariamente desde que tiene aproximadamente trece años.	Tres comidas al día, desayuno, comida y cena	La quiere mucho, actualmente su mamá es lo primero no le guarda rencor de nada siente que todo lo que hizo lo hizo por su bien le tiene mucho respeto ya no le tiene miedo.	Ella siente que su papá nunca los quiso por eso los abandono, menciona que ella nunca piensa buscarlo y que no ha aprendido a quererlo, lo que siente por él es, mucho coraje porque no supo enfrentar su responsabilidad como papá ,ya no como pareja de su mamá	Ella no considera tener un cuerpo bonito, ya que para ella un cuerpo bonito es un cuerpo sana y ella siente actualmente que su cuerpo no cumple estos requisitos.	27 años
Sedalmerk ácido acetilsalicílico, cafeína ergotamina	Carnes rojas, comidas picantes, verduras cocidas, carnes fritas.	Frutas con picante, dulces agri-dulces y picosos.	Dos comidas completas, procura comer en el trabajo aunque en ocasiones se le complica por el horario de trabajo.	Buena, como todas las relaciones de madre e hija, a veces tienen diferencias pero se llevan bien.	Buena, lo admira mucho.	Al cuerpo hay que apapacharlo, cuidarlo hacer ejercicio, estar a dieta comer bien, pero en ocasiones le da flojera y lo descuida.	22 años
Tratamiento para la colitis.	Pastas, carnes y comida picosa.	Frituras con picante,	Cinco veces al día, dos comidas completas y tres entre comidas consume tortas, sopas instantáneas etc...	Buena la apoya en todo, nunca han tenido problemas.	La relación con su papá es distante, nunca han tenido comunicación y siente rencor hacia él.	Su cuerpo ha cambiado a partir de la gastritis, antes estaba más delgada porque casi no comía actualmente ha incrementado su peso.	28 años

Aspirina, Sedalmerk	Carnes rojas, de puerco y de pollo, tortas de papa, carbohidratos, verduras cocidas, comidas muy picosas.	Comidas picantes, y alimentos agrídulces, frutas picadas y caldos.	Tres veces al día, aunque a veces por las molestias de la gastritis no come nada en el día.	Mala, siente mucho rencor hacia su mamá y mantiene una relación distante.	Recuerda pocas cosas de su padre ya que falleció cuando ella era muy pequeña.	Un cuerpo bonito para ella es un cuerpo delgado, esbelto y bien torneado, considera que su cuerpo es feo y no le agrada.	31 años
Penicilina	Carnes rojas, comidas picosas.	Fruta con chile, frituras,	Tres veces al día, desayuno, comida y cena.	De mucha confianza.	Buena, aunque nunca le tuvo confianza de contarle lo que sentía o algún problema.	Su cuerpo antes de la gastritis aguantaba cualquier alimento actualmente no ese es el cambio de su cuerpo.	32 años.
X-Ray, Tratamiento para la enfermedad renal , y tratamiento homeopático.	Carnes, verduras cocidas, mariscos.	Dulces de frutas, alimentos picosos, café y en ocasiones bebidas alcohólicas.	Dos comidas completas.	Buena siempre han sido muy unidos.	Lo respeta y lo admira mucho, y siente un gran afecto hacia él, aunque el siempre haya sido muy estricto y distante.	Su cuerpo antes de la enfermedad era más sano, considera que lo ah descuidado y mal pasado pro eso esta enfermo actualmente.	18 años
Aspirina.	Pastas, carnes rojas, carne de pollo, verduras hervidas, leguminosas	Frutas agrídulces (sabores agrídulces limón, piña, nopal), con picante, refrescos y café.	Tres veces al día, desayuno, comida y cena.	La relación con su mamá siempre ha sido distante, ella nunca le ha dicho que la quiere y siente tristeza o resentimiento pues hacia el trato que ella le da	Buena, su papá es cálido y aunque lo ve muy poco siente el afecto que le tiene hacia ella.	El cuerpo debe de ser cuidado haciendo ejercicio, cuidando la alimentación durmiendo lo suficiente, ya que de eso depende que uno viva mucho tiempo o de que no se enferme, actualmente ella considera que lo ha descuidado y que se debe a que termina el día muy cansada y solo con ganas de dormir.	34 años

Analgésicos,	Carnes rojas, verduras hervidas, pastas, carbohidratos y alimentos condimentados.	Alimentos con picante, frituras, galletas, pan, café, refresco (en ocasiones).	Tres veces al día, desayuno, comida cena y en ocasiones tiene pequeños refrigerios entre comidas.	De mucho respeto, siempre la ha visto como una figura autoritaria.	Casi no ha convivido con él y lo conoce hace poco tiempo	Su cuerpo es su templo y ella trata de cuidarlo y mejorar su salud, trata por todos los medios de estar bien.	35 años.
Naproxen.	Carnes rojas, pollo, verduras, alimentos ácidos.	Frutas con picante y limón, refresco, cigarro y bebidas alcohólicas.	Desayuno, cena y una comida en el trabajo.	Buena.	No lo conoció.	Su cuerpo a partir de la gastritis ha cambiado ha subido de peso y se ha descuidado más.	41 años.
Control para la diabetes.	Alimentos condimentados y picosos.	Alimentos picosos como el mole, y dulces como los postres.	Tres veces al día.	La relación con su mamá ha sido distante, nunca recibió una gesto de afecto por parte de ella.	La relación fue distante y seca.	Siente que su cuerpo a partir de la enfermedad tanto de la gastritis como de la diabetes ha estado mal y empeora.	33 años
Tratamiento para el asma, y tratamiento para la hipertensión.	Comidas condimentadas, pollo, carbohidratos.	Mole con arroz.	Tres veces al día, desayuno, comida y cena.	Buena, siempre fue una relación de mucho cariño.	Buena, aunque no convivió mucho con él lo que recuerda es que él siempre fue un buen padre.	El cuerpo debe de ser cuidado ya que es el que permite realizar todas las actividades y moverte.	49 años

Resultados.

ABANDONO DE LOS PADRES

Abandono paterno.

El abandono paterno será entendido como la ausencia física total o el desapego emocional del padre dando como resultado una relación distante. La actitud del padre hacia el hijo en caso de que haya convivencia física es rígida, poco expresiva y solo de respeto. Generando sentimientos de coraje y resentimiento en el hijo.

Yareli.

...lo que siempre me acuerde, pues es de la separación de mi mamá ese día que se vino llorando.....pues me sentí mal, por, por si o sea por lo que te dije de mis papás se separaron porque...una cosa que ...porque se separaron, una cosa de que si no dejo de pensar es que un amiguito, el hermano de Josué, el me invito a dar los...como se dice algo, ay como se dice para la primera comunión, los libritos entonces ya fue cuando yo fui y fue cuando vi a mi papá con otra muchacha ... entonces yo le hable al otro día por teléfono, ese día le pregunte que quien era y me dijo -ay es una amiga de tú abuelita-, pero iba él, ella y mi abuelita y se adelantaron los dos, ya al otro día le hable y le dije que, que era de él me dijo -una amiga del trabajo- y le dije -quien te entiende una amiga de mi abuelita le digo o una...-

E-tú como te llevas con tú papá que sientes hacia él, como es la relación con él

A-pues lo quiero mucho pero no me llevo bien con él...porque igual prefiere más a la chiquita me regaña mucho que porque le contesto... sentía que me alejaba más de mi hermana y hacia que peleáramos más mi hermana y yo...no se, o sea yo sentía de lo mismo que estaba resentida con mi papá sentía eso....,pues ahorita no lo extraño ni nada, pero o sea por una parte siento -ay mejor que no venga-, o sea como que ya no lo quiero ver, pero ya en el momento que esta aquí -ay papito- y todo eso y me da, pero así ahorita -ay no que no venga porque luego me da güeva salir- todo eso

Claudia.

E-con que frecuencia viene tu papá de visita C-ahorita nada más viene una vez al año, una semana, bueno hasta noviembre es cuando va a venir el se empezó a viajar mucho y ya no lo frecuentábamos mucho cuando yo tenía dos años

E-que recuerdas de tu papá C- pues de mi niñez casi...bueno casi nada, ahorita por ejemplo cuando tenía no se diez años pues ahí más o menos me acuerdo porque como casi no lo vimos por eso ...cuando el viene, a veces nada más viene, va a la fabrica este...no se nos lleva a comer, nos lleva a cenar y cuando no se... va a la fabrica pues yo voy con el ...

E- tu como te sientes con la relación que tienes con tu papá C- pues mal pues porque yo quisiera haberlo conocido más, saber como es, su vida o que pasa en sus días el no sabe decir, el no te sabe decir te quiero, no te sabe decir todo eso...bueno yo al menos no se yo soy la que más, a veces cuando viene estoy mucho con el y lo abrazo y le doy beso y el nada más así se queda como si nada me siento mal, no se él me debería decir yo también te quiero o darme un beso

E-con tu papá actualmente como te sientes, en este momento ahora que venga en noviembre, como va a ser tu sentir con el C- pues no se...voy a estar un poco feliz porque como van a ser mis quince años, este me va a acompañar y todo, y como en mi salida de sexto no fue y en la de mis hermanas si, no se me voy a sentir mejor nunca había dicho que iba a venir, pero con mis hermanas tampoco y con ellas si vino...

E- cómo te sentiste C-muy triste

E- como lo expresaste C- pues tenia ganas de llorar, pero dije no, como voy a llorar y más que nada que mi mamá y mis hermanas ahí me estaban apoyando

E- que fue lo que hiciste entonces C- este...un maestro se paro a bailar conmigo y ya, y yo dije no pues ya me voy a olvidar que no vino igual es una tristeza porque quisiera que él me dijera que lo siente o que hubiera querido estar conmigo...es como si me estuviera pegando pero en realidad no porque siento feo que no me diga nada y que prefiera cambiar el tema...él es muy frío no te sabe decir, y a veces te cambia el tema

E- por último que le dirías a tu papá C- que quisiera que me dijera que me quiere, que no se guardara las cosas, que no cambiara los temas cada vez que yo se lo mencione

E- porque esto que provoca en ti C- dolor...

Abraham.

...con mi papá, me ha costado un poco más de trabajo porque antes si me llevaba un poco mal, antes si era de que si me decía algo, ah me vale, ahorita yo creo que es porque ya estoy madurando que ya lo puedo entender un poco más este todavía no es de llegar y contarle todo lo que hice en el día pero si ya un poco mejor... ...pues ahorita como una relación común de padre e hijo o sea ni tan amigo y ni tan el jefe que debo de obedecer
Alejandra.

E- con tu papá te relacionabas

A- pues al principio cuando estábamos chiquitos casi no..., porque llegaba del trabajo y llegaba cansado y tenía... bueno nos regañaba, nos regañaba mucho porque llegaba enojado y todo eso, ya cuando ya pues tenía unos 11 o doce años ya nos empezamos a llevar mejor...

Ana.

A- con mi papá...no pues no casi no me llevo pues desde niña, siento que todo empezó, por ejemplo mis tres primeros años no estuve con él y pues como siempre han dicho que los tres primeros años de los niños es importante no, del acercamiento a las personas y todo eso, entonces...pues como que no, no casi no, que me acerque con él no...ni el tiene necesidad de acercarse a mi, ni yo tengo necesidad de acercarme a el o sea como que los dos somos así de indiferentes se puede decir...¿yo que siento hacia mi papá?, pues no o sea, pues respeto porque es mi papá no, es así como es mi papá lo respeto...hay veces, porque hay veces en que como que me da coraje y digo hay él tiene la culpa y me cierro en mi mundo y ya no hablo más de eso, hay veces que si me duele pero como que últimamente ya es así de que ya es equis, ya no le doy tanta importancia...así como que si me da tristeza porque pues yo decía porque ellas si y yo no, te da como que, pues si te da como dolor el rechazo es que mira por lo regular es cuando me doy cuenta porque...con la persona que más discute mi papá aquí en la casa es conmigo, o sea como que cualquier cosa que yo digo para el esta mal, cualquier cosa que él diga esta mal...te da coraje y me pongo a pensar porque para mi es diferente... al ver a mis hermanas que así como que jugaban con él y cosas así... dices hay yo también quiero hablar así de mi papá o luego en la escuela que mis amigas hablaban no es que mi papá hizo esto, así que dices porque yo no puedo hablar de eso... te digo que yo lo sentía

desde lejos desde siempre porque más chiquita que es cuando te hace más falta como que el abrazo o el afecto...

Lorena.

... se fue a los Estados Unidos y luego de allá de los Estados Unidos fue lo más significativo para mí... se fue un año para allá para mandarnos dinero pero se regresó... tenía 16 años y regresó cuando me iba a casar y eso fue cuando iba a cumplir 18... nos llevábamos bien, este era con el que mejor me llevaba con mi papá y ya este cuando regresó ya se puso triste porque me iba a casar..era con el que más platicaba con el que más salía y este al que más le tenía confianza antes... cuando él se fue sentí, me sentí mal y a la vez bien porque iba por algo bueno porque quería progresar y este triste, porque nos iba a dejar por un tiempo... tengo ganas de platicar con él como antes porque ya no platicamos como antes que él ya llega noche llega y ya se duerme o sea ya no es lo mismo de antes...triste y a veces sí lo entiendo que pues él ahora le tiene que dar tiempo a mi hermanito y ahora sí como dicen yo ya soy arena de otro costal... pues rara pues estoy aquí y yo ya pertenezco a otra familia sí me siento como rara de ya estar aquí en mi casa...

Efraín.

...desde muy pequeño yo, sé que tengo papá pero hasta ahorita tendrá como un año y medio o dos años que lo frecuento dos ocasiones y hasta ahí nada más... se siente uno como un poco desplazado sí o sea él, como te diré como que también se siente mal porque ve sus errores no, yo se los hago saber y pues a la vez sentía bonito porque imagínate toda la vida sin padre y a la mera hora, frecuentarlo no o sea es una cosa muy bonita...

E-en cuanto a la relación con tu papá como podrías describirla, dices que apenas lo viste, hace poquito que conviviste con él

F- sí porque...sí lo he saludado incluso él me saludaba igual... lo veía en la calle porque, o sea mira, como te diré...siempre me lo pintaron como el señor malo, porque como es judicial, tú te lo imaginabas igual así malote y todo, me lo encontraba en la calle y nada más me pitaba el carro y yo lo saludaba de lejos y...hasta que me tome el valor y fui a buscarlo a su casa, él tiene otra familia y...sí te digo yo iba con el temor de que fuera rechazado o cualquier cosa pero no, fui bien recibido incluso también por sus hijas, este

fui bien recibido nunca me han hecho el feo y sentí bonito no, porque, porque comparas la versión de una persona y la versión de otra persona y de las dos tomas lo que coincide y desechas lo que no coincide, que claro como padres y luego más divorciados van a hacer ver mal al compañero y o sea fue la situación aquí y hasta que no abrí los ojos yo, pude ver...este...por un lado, este...mmm, me agarro porque digo, cuantos años de...de estar, este, separados, de no tener relación alguna con él, sentí padre y a la vez si sentí un poco de tristeza de ver...pues los dos me mentían, pero ellos sabrán el porque

Patricia.

...lo conozco pero, pues se fue cuando nosotros teníamos, bueno cuando yo tenía mmm...como cuatro años o cinco... ah si, si recuerdo me colgué de sus piernas y me quería ir con él pero no me quiso llevar ... yo fui niña consentida por parte de papá, papá creo que no nos quería tanto porque se fue...papá dijo me voy entonces todos corrieron con mamá y yo fui la única que me quería ir con él pues toda la vida yo pensé que era por culpa de nosotros, porque papá siempre renegaba de que éramos muchos, de que había muchos gastos, de que mi mamá nada más quería trabajar, entonces cuando peleaban ellos o sea nosotros siempre peleábamos y decíamos es nuestra culpa o sea porque nacimos nosotros, porque estamos aquí, inclusive había ocasiones que se nos rompían los zapatos y no les decíamos con tal de que no se enojaran, o sea porque el hecho de pedirles a mis papás era como de otra vez, si les acabo de comprar pero pues ahora uno de padre lo entiende verdad la situación luego esta muy difícil y tener muchos hijos pues si, y luego pagar renta y todo entonces yo creo papá más que nada...o se aburrió o no pudo con la carga o no se...

Norma.

...recuerdo muy poco de él, muy poco porque, cuando falleció estaba muy niña y cosas que recuerde así de él no...

Lennyn.

...mi papá me educó con golpes de que si hacías una cosa mal ahí va el chicotazo o cualquier cosa, con mamá siempre fui muy mimado pero mi papá era el que aplicaba los correctivos, pero no eran castigos eran golpes cuando tu hacías algo malo

E- en cuanto a la relación con su papa, ¿cómo podría definirla?

L- mira a mi papá yo lo quiero, lo respeto ha sido una persona muy especial con nosotros, no nada más conmigo sino con todos, una persona muy recia de que a la mejor alguno de mis hermanos van a decir que porque lo quiero todavía o algunas personas, pero a él lo quiero y lo respeto porque siempre va a seguir siendo mi padre, pero te digo, la infancia que yo tuve con el fue de golpes...pero aun así no le tengo ningún rencor, ningún resentimiento, porque lo quiero lo respeto, pero no estoy de acuerdo en muchas cosas que él hace a la fecha pero sigue siendo mi padre...lo que pasa es que el ya es grande, ya no escucha las cosas, ya no escucha entonces luego se pone a platicar contigo o cualquier cosa que tu le quieres decir, las entiende de otra forma, entonces mejor prefiero evitar el contacto con él y casi no, casi no platicamos, casi no platico con él, es muy raro que yo platique con él... muy seca con él la relación siempre ha sido muy seca, te digo que yo siempre el apoyo lo he tenido, yo en lo personal...no se a lo mejor mis hermanos igual, pero yo en lo personal, siempre lo he tenido más con mi mamá o sea el era el que se encargaba de dejar el dinero en la casa y mi mamá era la que se hacia cargo de todo entonces realmente con él así una relación que yo dijera que yo le tenia confianza a mi padre...no nunca...

Rosa Maria.

E- en cuanto a la relación con tú papá como ha sido, si alguna vez la has tenido

R- pues yo creo que no, nunca a mi me comentan que mi papá me busco mucho tiempo y que pues mi mamá evitó que yo lo viera no se cual es realmente la verdad, no podría hablar sobre él...

Guillermo.

...mi madre se separo de mi papá, se fue a vivir con mis abuelos que estaban en Tuxtepec Oaxaca y ahí pase mi niñez

E- cuando su mamá se separo de su papá, ¿usted cuantos años tenia? G- unos...de brazos

E- entonces no recuerda mucho G-no recuerdo mucho, tengo fotografías de él por mi madre, pero no, nunca lo llegue a conocer

E- ¿y a mantener una relación con él posteriormente? G- no nunca

Lourdes.

...o sea me refiero a que mi papá nos dejaba sin comer y mi mamá era la que trabajaba para darnos de comer y este...

E- en cuanto a la relación con su papá, como podría describirla, como era

L- también muy seca, no teníamos ni comunicación ni nada, hasta que el enfermo, después yo doble las manos, porque yo era de las personas que yo llegaba a mi casa y no lo saludaba ni nada y un día me dijo mi suegra, -es que no es obligación que el te hable, o sea tú tienes que saludar como hija que eres- y ya después, pues ahora si que me arrime con él pero fue para que se muriera...lo que pasa que somos, o sea nuestra familia siempre ha sido muy seca no somos de las personas que -ay, pues ahí viene mi papá- o me diera gusto, o sea si me daba gusto verlo pero pues no se yo era muy grosera no lo saludaba, pero ya después pues si me arrepentí de todo eso ...porque mi papá se puso muy malo y le pedí perdón y le dije que pues si había sido grosera me perdonara, porque ahora si mi papá en paz descansa mis palabras no lo ofendan, pero era como que muy este...como muy desobligado este, nos abandonaba mucho

...pues...o sea sentía yo que no nos tomaba en cuenta y pues nosotros como que le pagábamos con la misma moneda... él un día me comento, me dijo que yo era muy grosera, que yo no lo saludaba que porque a lo mejor mi mamá me aconsejaba y yo le conteste que no, que a mi no me tenían que aconsejar nadie para ahora si que para portarme mal con él... pues lo quería, o sea que si lo quería pero era, te digo, o sea somos familia que así mis hermanos igual te ven y no te dice -ay hermana, hola- o cualquier cosa o sea no para nosotros todo era indiferente...

Ginna

....la relación con mi papá muy separados mi papá una relación buena nunca hemos tenido... de que siéntate a platicar con nosotros no, lo intentábamos antes de platicar porque nos decía porque no platican conmigo y por eso hacen lo que hacen y no se que y nos poníamos luego a platicar con él y lo único que hacia era regañarnos, regañarnos gritarnos, entonces nunca, optamos por, por llevar una relación bien con mi papá, mi papá en su vida y nosotros en nuestra vida y la única a la que le hemos contado cosas es a mi mamá, siempre con mi mamá.... Nunca lo intente quería intentarlo luego pero como que algo me obstruía como que no quería porque sabia que me iba a rechazar o que de plano no me iba a apoyar... recuerde pues si cuando yo estaba chiquita yo creo tenia como unos siete años llego bien tomado a gritar y nos encerró en el baño a mis hermanas y a mi y eso si como que se me quedó muy grabado hay desesperación yo estaba bien

chiquita yo tenía como siete años y mi hermana tenía cinco y la otra tenía dos , tres y nos encerró, mucha desesperación y fíjate que hasta ahorita y que dios me perdone pero ahorita como que yo le tengo rencor a mi papá de todo eso...

Abandono materno.

Será entendido como la ausencia física por periodos de tiempo de la madre.

Motivados por las actividades que desempeña como trabajar fuera de la casa para la manutención del hogar, dejando en manos de otra persona el cuidado de los hijos

Alberto

E-¿algún dato que ella te cuente de cuando eras un bebe un niño chiquito? L- nada casi, como ella trabajaba nos dejaba con mi tía

E- ¿cómo podrías tu definir la relación con tu mamá L- buena...pues no hay tantos problemas

E- ¿tú que sentías cuando te tenías tú que quedar con tu tía y tu mamá se iba a trabajar?

L- no todavía estaba chiquito yo, cuando me quedaba con ella, casi no me acuerdo de eso, eso me contó mi mamá

E- ¿a los cuantos años tu mamá ya se empezó a quedar con ustedes? L- me acuerdo cuando iba en sexto de primaria, era cuando ya estaba con nosotros

E- ¿cómo era la relación con ella? L- pues bien, nos trataba mejor que mi tía

...pues...hay veces que mi tía era más enojona que mi mamá, en ese entonces no era tan enojona, ahorita ya un poquito más

Claudia

E- tu recuerdas a cargo de quien estabas cuando eras pequeña, quien te cuidaba

C- mi mamá y mi hermana la más grande

E- tu mamá trabajaba

C- no, pero como teníamos una abuelita que estaba enferma ella se tenía que ir a verla y a veces nos quedábamos con mi hermana la más grande

E- cuantos años tenías aproximadamente cuando tu mamá salía a ver a tu abuelita, que tú recuerdes

...bueno mi mamá me platico que yo de recién nacida mi abuelita se enfermo y fue cuando murió, yo tenía como unas semanas y yo me quedaba con mi hermana la más

grande y luego que no se mi mamá se iba al súper o al mercado nos quedábamos con mi hermana... es este...casi...bueno de mi parte es casi como mi amiga, nos llevamos bien jugamos

Patricia

...mi mamá si trabajaba, nos dejaba encerrados eso si lo recuerdo mucho, toda la vida nos ha dejado encerrados o sea desde que yo tengo uso de razón nos dejaba encerrados a cargo de una tía pero o sea la tía no nos cuidaba mamá nos dejaba la comida y ella...nosotros...bueno los grandes nos daban de comer a nosotros los chicos, pero nos dejaban encerrados... mamá toda su vida a trabajado en empresa entonces se aventaba dos turnos el de la mañana y la tarde y llegaba hasta las diez de la noche, o sea salía a las cinco de la casa y hasta las diez y media la veíamos en la casa... sentía mucho, mucho coraje hubo una ocasión que yo le dije a mamá que para que trabajaba mucho si seguíamos siendo pobres pero pues...gracias a ella comíamos y vestíamos y teníamos donde vivir entonces, pero eso lo entiende uno cuando ya esta más grande cuando esta chiquita uno reprocha todo porque me encierras, porque no me dejas ir a jugar, porque no me dejas ir a las fiestas... es así como de un rencor, una rencor no porque ahorita si te lo juro, por dios que no le tengo rencor a mamá, es mas le agradezco que haya hecho de mí una persona más o menos buena, pero era mucho coraje o sea el hecho de que ella se fuera a trabajar era como hay que bueno que se va no, porque el que ella estuviera en la casa es así de que hagan esto hagan lo otro, no se salgan no se asomen, no esto no, eran muchas y de la escuela a la casa y les van a tomar el tiempo y mamá tenia una vecina muy chismosa, nosotros salíamos a las seis y teníamos que estar en la casa seis diez más tardar, cuidado y nos pasáramos porque la señora le decía y eran cuerizas que nos metía porque en donde nos habíamos quedado, que hacíamos

...mucho coraje...en que llegue a odiar a mi mamá tanto tanto que llegue hasta desearle la muerte, nos pegaba nunca llore, nunca en mi vida mi mamá me vio llorar o sea yo de todas mis hermanos fui la más rebelde, o sea en ese aspecto ella me pegaba y yo sentía que si yo no lloraba le daba más coraje a ella entonces yo no lloraba y me decía porque no lloras y yo le decía porque te voy a dar gusto

Guillermo

...mi mamá siempre estuvo aquí en México, yo me quede con mis abuelos y a la edad de doce años ya me trajeron para acá

E- como se sintió usted de que su mamá se viniera acá y lo dejaba allá

G- no, no supe, o sea no sentí nada, se puede decir que estaba yo tan acostumbrado a mis abuelos que no sentí el despego de..., sentí más el despego de mis abuelos al venirme con mi mamá, que de la mamá a viceversa, o sea al revés

...pues si el cariño, más que nada, yo sabía que por algo mi madre estaba aquí trabajando para mandarme mis cosas, pues si para que no me faltara nada...pero quería yo más a...mis abuelos

...pues de obediencia sabía que ella hacía todo eso para que yo estuviera bien, ponerme a estudiar terminar mi primaria seguir adelante no, y así que adaptarme a las necesidades que había aquí pues ya...como hacer nuevas amistades empezar a, a adaptarme como tu dices al clima, todo...

Rosa

...mi mamá casi no, este, como que no sabe expresar sus sentimientos, o no sabe decir a lo mejor te quiero yo no recuerdo una palabra que diga mi mamá hay hija te quiero mucho... mi mamá sigue siendo así bien no se como se pueda decir, muy simple mi mamá, muy seca no sabe demostrar sus sentimientos o no le gusta, no se

...me daba coraje cuando mi mamá me hablaba porque me quería mandar a algún mandado me daba mucho coraje que me interrumpieran en mis juegos y este, hasta con ganas de decirle hay estoy jugando de contestarle no, pero no lo hacía tenía que dejar de jugar para hacerle lo que ella me estaba mandando

...coraje, hacia ella, pues porque yo venía cansada y coraje porque yo dije a poco nada más porque dije asssh, era motivo para que me hubiera soltado un cucharazo todavía me hubiera regañado pero que me, luego, luego el golpe no más por decir asssh, yo digo que le exagero ¿no?...

Efraín

...mi mamá se enfocó más con ella que todavía en mí, pues yo hasta donde me acuerdo siempre mi infancia la viví aquí con mi abuela

...siempre trabajo porque es madre soltera este y pues la verdad conviví con mis hermanos más con uno que está en Estados Unidos y este, con el crecí prácticamente, somos casi de la misma edad, él me gana por dos años... con mi mamá como no estaba todo el día pues básicamente ya nada más le entregábamos cuentas a ella cuando llegaba de que hacía ...si luego cuando hacíamos cosas grandes si se molestaba pero

casi siempre llegaba muy cansada de trabajar y lo que quería era llegar a comer y a dormir...

Norma

...esa falta de cariño yo muchas veces hubiera querido que mamá me hubiera dicho, ven como estas en la escuela, que has hecho o no se, muchas cosas de alejamiento de mi madre también recuerdo que llegaba muy tomada a la casa que siempre estábamos mi hermano mayor y yo esperándola en la puerta a ver a que horas llegaba a ver a que horas estaba ahí ^{*1} pero no fue así, entonces todo eso como que se te va quedando va formando cierto coraje pero tienes eso de que pues es tú madre y al fin y al cabo ella te dio la vida y tienes que estar ahí

pues si llevaba, después de que falleció mi papá, ella entro a trabajar tres años después de que él falleció

...nadie, siempre estuvimos solos, siempre, siempre

E- ¿como te sentías tú cuando tú mamá se iba a trabajar?, cuándo los dejaba y ustedes tenían que hacer el quehacer

N- fíjate que nos sentíamos libres, libres porque al estar ella ahí, era difícil vivir con ella o estar el momento con ella y cuando ella se iba como que éramos, si como que éramos libres, como que queríamos hacer lo que queríamos y era el momento que más disfrutábamos nosotros cómo hermanos

Nieves

...pues que de hecho aunque ella trabajo pero siempre estuvo al pendiente de todos y de todo lo que nos hacia falta y pues que, pues más que nada si, nosotros sentíamos, sentimos que siempre nos quiso eso es lo mas importante...

RELACIÓN MADRE-HIJO

Madre rígida.

Entenderemos por madre rígida aquella madre estricta que impone reglas, límites y obligaciones en cuanto a la educación y conductas de sus hijos, en un deber hacer, causando en ellos una relación de desapego emocional hacia ella.

¹ la entrevistada en este segmento de la entrevista hacia pausas largas

Yareli

E- que le dirías a tú mamá

A- pues que sea más comprensiva

E- comprensiva como, en que sientes que ella no ha sido comprensiva

A- o sea si, pero como que siento que me dan el avión

E- como te sientes cuando sientes que te dan el avión

A- que como que dicen –ay si hija ya- y no

E- y tu como te sientes cuando te dicen –ah si, si-

A- pues mal en lo forma de que

E- mal como, si lo pudieras decir algo, en un sentimiento como seria

A- pues ora si de porque me dice eso si yo tan bien soy su hija no nada más es mi hermana

Alberto

E- ¿tu mamá te grita?

L- hay veces que si, se le alza pera ya te quedas callado y ya no te dice nada

E- ¿tu que sientes cuando tu mamá te grita?

L- pues luego no le hago caso para no enojarme y no hacerla enojar más

E- ¿o sea que si te llegas a enojar?

L- hay veces, pero pa que no se enoje más no le hago caso...

Lorena

...ah pues no casi no me daban permisos casi no me dejaba salir mi mamá solamente que ella me llevara...mmm, decía mi mamá que, que tal si me pasaba algo y ella era la que me iba a dejar y la que iba por mí... pues bien porque se preocupaba por mí si no se hubiera preocupado yo creo que me hubiera dejado ir a donde quisiera, pero no casi no me dejaba salir a bailes solamente de que ella me llevara

E- cuando había un baile y tenias ganas de ir y no te dejaba ¿que sentías?

L- ah pues este coraje porque yo quería ir al baile y ella decía que no siempre, sentía mucho coraje de que no me dejaba

Efraín

...sentía triste me sentía triste porque cualquier cosa este ya no me tomaban atención como antes este incluso si llegue a decirle a mi mamá si quería más a la niña nueva que todavía a mí y este como todo padre mi mamá me dijo este pues es que ahorita necesita

más atención ella que esta más pequeñita que tú y pues si sentía tristeza este coraje porque incluso también pues tenía que estar pendiente de que quería algo mi mamá y tenía que ir a la tienda ya sea por cualquier cosa para la niña...

Paty

...mi mamá si trabajaba, nos dejaba encerrados eso si lo recuerdo mucho, toda la vida nos ha dejado encerrados o sea desde que yo tengo uso de razón nos dejaba encerrados a cargo de una tía pero o sea la tía no nos cuidaba mamá nos dejaba la comida y ella...nosotros...bueno los grandes nos daban de comer a nosotros los chicos, pero nos dejaban encerrados... toda la vida vimos jugar a los demás niños de la casa porque vivíamos en una vecindad, entonces el hecho de que siempre estábamos encerrados pues nada más nos asomábamos por la ventana pero mamá nos tenía prohibidísimo salirnos o sea había ocasiones que no nos encerraba pero ya...mamá nos pegaba mucho eso si y no se lo reprocho porque pues por algo nos educo ella a su modo pero si nos pegaba mucho entonces el miedo que le teníamos porque ahora lo entiendo no era respeto era miedo, o sea no era no era respeto que le teníamos a mamá o sea era el miedo que le teníamos porque nos pegaba muy feo...coraje, mucho coraje con mi mamá porque decíamos que era mala éramos tan chicos que le pusimos ogra, o sea era la ogra, llegaba del trabajo y todos decíamos ahí viene la ogra ...y hasta la fecha tiene un carácter muy fuerte o sea no le gustaba el ruido, fuimos niños muy como le diré muy quietos, o sea donde llegábamos nos teníamos que sentar no agarrar nada, no pedir nada...

...una vez me quede a jugar fútbol siempre me gusto el fútbol y se me hizo fácil y entonces mis hermanos los grandes me dijeron – ya vámonos y yo ahorita los alcanzo y ellos – bueno pero nos alcanzas y se me fue el tiempo y llegue a las siete jamás lo hubiera hecho o sea me pego tan feo que yo misma me prometí jamás volver a jugar fútbol y jamás volví a tocar la pelota o sea dije no porque o sea por jugar fútbol lo que nos paso mamá nos pegaba con una banda de carro...

Rosa

...ya no estaba yo tan chiquita creo que iba yo a lo mejor, creo que iba yo en la secundaria me mandó mi mamá, no recuerdo que me mandó a hacer yo había llegado de la escuela y venia acalorada, cansada y yo llegue tome agua y, no recuerdo que me mandó mi mamá yo nada más le dije asssh, y en ese momento que yo le dije ay, no se si mí mamá estaba enojada también o no se pero mí mamá estaba guisando agarró la cuchara y me pegó

con la cuchara, nada más porque le dije asssh porque no podíamos contestarles, era una falta de respeto según ellos y solo de esa ocasión me acuerdo que mi mamá me pego

E- que sintió usted en ese momento cuando su mamá le pego

R- coraje...hacia ella, pues porque yo venia cansada y coraje porque yo dije a poco nada más porque dije assshh era motivo para que me hubiera soltado un cucharazo todavía me hubiera regañado pero que me, luego, luego el golpe no más por decir assshh, yo digo que le exagero no... una vez nos pego porque nos mando a levantar flores a levantar flores a casa de unos compadres, me mandaron a que lleváramos flores a mi hermana y yo y fuimos y este a nosotros se nos hizo fácil entregar las flores y quedarnos un ratito con la señora y de regreso nos quedamos jugando básquet, entonces en ese tiempo yo tenía mi novio que era Samuel y mi hermana tenía su novio y se nos hizo fácil este, dejar las flores y pasar a jugar pelota y quedarnos a platicar con los muchachos entonces llegamos tarde a la casa y luego también porque a parte de eso nos encargaron este comprar el mandado para hacer la cena y se nos hizo tarde llegamos y ya era noche y mi mamá se enojo, mí mamá estaba enojada porque mi papá ya la había regañado a ella que porque ya nos habíamos tardado, que la cena y todo y luego hasta se había ido la luz no había luz y llegamos tarde y este, nos pegaron recuerdo que mi mamá nos pego con este, con un palo de escoba y hasta esa vez yo metí la mano para que no me pegara y me pego en mi dedo y se me hincho mi dedo por meter la mano y ahora si metíamos la mano nos pegaba más, no tenía que meter las manos...

Norma.

... una vez recuerdo que este...nuestros cuatro hermanos nos repartíamos el quehacer de nuestra casa, entonces este...a mi me tocaba siempre lavar y cocina entonces recuerdo que me dio mucha flojera lavar una olla de un caldo que hizo mi mamá entonces la subí hasta arriba de una este...como se llama...una alacena entonces pasaron ocho días y ya se puso hacer limpieza en la casa y encontró esa olla, entonces ese día me dio una patada tan fuerte en el estómago que me desmayo perdí el conocimiento... uuu, que no me dijo primero ella fue la que se dio cuenta que yo estaba embarazada...y mamá lo supo y si me pego muy feo delante de esta señora, -que por qué- y yo le respondí con mucho coraje que ella había tenido la culpa en todo esto y que porque la culpaba yo a ella y le dije porque buscaba yo a lo mejor algo mío, algo que yo decía quiero cuidarlo quiero irme lejos de esto me dijo que estaba yo mal, me llevo a la casa me dijo,, una infinidad de cosas después como que lo pensó y... me dijo que, no me fuera que ella me iba ayudar

para que mi bebé este, estuviera bien pero que no la dejara sola,... entramos a hablar con mi mamá y mi mamá me dijo que no... y ante sus ojos del muchacho me dijo mamá que yo era lo peor ... entonces lo que hizo mi mamá fue sacarme mis cosas a la calle aventar mi ropa, todo lo que pertenecía a mí y decirme que me fuera que no me quería volver a ver ahí tarde un año para volver a hablar, con mi mamá...

Rosa María

... puedo decir que hubo una relación, madre-hija o de hermanas o de nada, porque yo no veía la figura materna o sea yo no sabía realmente lo que es ser o lo que era ser una mamá o sea yo la veía y veía que era la persona que a mí no me, no me llamaba la atención, no me regañaba, si y bueno yo me sentía bien cuando mi mamá estaba porque, porque no me gritaba, no me golpeaba, no nada y no tenía que cuidar tanto a mis hermanos era el tiempo que yo tenía un poquito libre, que era a lo mejor una vez a la semana... -tú en algún momento sentiste que tú mamá fuera controladora contigo-... am si, si...en el aspecto del tiempo, en el aspecto de que los novios, en el aspecto de que si nos daba permiso tenía, si tuve novio y si me daba permiso de que lo tuviera media hora y se acabó no más tiempo, vas a salir a tal lado y a tales horas regresas, serían unas diez veces que me darían permiso, de salir a algún lado...

Guillermo

...-como podría decir que su mamá se lo decía nunca dejes que la gente te vea doblegado o se lo daba a entender - luego si me decía sabes que no te debes de doblegar ante nadie o que te digan pobrecito, que te tengan lástima, si tienes algún problema siempre pon tu mejor cara y adelante porque de todos modos llegas, te confiesas con alguna persona y vas a pedir dinero o algo y te confiesas con aquella persona y no tengo y ya este ya te confesaste ya le dijiste tus problemas y aun así no te ayuda, entonces no le veo mucha razón o caso expresarles mis cosas a una persona que no me va a, posiblemente me ayude al momento en que me desahogue pero no lo resuelve nada, el problema es otro digamos que son dos problemas desahogarlo pero también necesitas que te apoyen es mi punto de vista como lo veo yo no se si este mal o no

...-que tanta facilidad había para salir a fiestas con sus amigos que tanta facilidad había - no mucha, porque, porque este yo tenía una chamba un trabajo, yo llegaba a ciertas horas y había que despertarse temprano para ir a trabajar pero si cuando decía yo algo de voy a

ir a tal lado si me daba permiso, no, no vayas o tal cosa, pero a tales horas debes de estar aquí, pero si...

Lourdes

... pues...no...como te dijera no, como se dice, no tuve mucha comunicación con ella era, mi mamá era muy fría no nos, nunca nos apapachaba, nunca nos hablaba –oye hija esto...- nada de eso, o sea era así como si fuéramos nada más vecinas...pues cuando estaba yo chica como que no le tome importancia pero ya después cuando me case, yo decía –bueno y porque nunca un abrazo, una caricia de mi mamá- y pues si a veces hasta lloraba .. porque siempre yo tenia que hacer, como vendían yo tenia que limpiar todo entonces en esa ocasión yo andaba limpiando los pasillos, lavándolos y me dijo ya nada más falta que me pegues entonces yo avente una vara donde teníamos toda la leña y le cayo en su cabeza ... yo sentía, porque mi mamá me gritaba que me fuera con el primero que pasara porque ya la tenia yo harta, con leperadas -lárgate con el primero que pase- y que no se y yo por desquitarme dije –pues si me voy a ir- y me fui... no le dije, me fui así, como a los ocho días mi suegro nos caso y mi mamá pues no me dijo nada, lo contrario me compró un pantalón, me compró una blusa, como que yo sentía que estaba contenta de que me había ido y mi papá si estaba un poco molesto...

EXIGENCIAS FAMILIARES.

Educación estricta.

Será la exigencia marcada de los padres hacia los hijos de ciertas conductas, por ejemplo obtener buenas notas en la escuela, estar al cuidado de los hermanos, ser un ejemplo para estos, etc.

Yareli

A- pues me siento...no se o sea que si agarraste –ay Yareli no hagas tiradero- y de cualquier cosita que hago me regañan entonces...

E- tú le has dicho a tu mamá porque prefieres a mi hermana que a mí

A-si pero dice ay no las quiero igual ...mi mamá a veces me regaña mucho de que le hago algo a mi hermana y –hay Yareli, porque esto- y cualquier cosita si mi hermana me pega no le dice nada, si yo le pego si, por eso...

Abraham

...ya cuando crecí me fui juntando con ellos, no nos juntábamos con los niños vecinos porque hasta donde yo se mis papas no se llevan bien con ningún vecino...

... E- ¿cómo te castigaban? A- me pegaban E- te pegaban A- o me hacia sentir mal me decía, que nos ves que tú hermano está chiquito, no se lo trataban mejor como que me hacían a un lado... A- sentía mucho coraje de que a mi no me creyeran o de que me creyeran pero aún así, no hicieran nada, sentía que era injusto para mí

E- coraje hacia quien A- hacia mis papás

E- básicamente hacia quién A- hacia mi mamá...

Alejandra

A- desde los trece años cuando iba en la secundaria no sabia que rol desempeñaba en la familia sentía que tenía que hacer lo mismo, que tenia que hacer lo que hacia mi hermana o mi hermano... si eso de sacar buenas calificaciones y llega un punto en que pues que no sabia quien era y que tenía que hacer entonces empecé a tener un bajo rendimiento en la escuela y pues eso me traía problemas con mi familia y me hacia sentir triste... exacto no me lo pedían pero yo ya sabia que era lo que esperaban de mí, entonces pues me sentía triste al no hacerlo, sabia que podía pero no quería ser como mi hermana o hermano quería que me reconocieran por otra cosa ... sentir resentimiento sentirme mal por como me hacia sentir esa persona por mi mamá por mi papá porque luego me regañaban mucho y yo me sentía así como auch, por no ser como mi hermana como mi hermano guardarse ese sentimiento de rencor hacia ellos bueno, lo guardaba ...

Alberto

E-tú hermano que ésta estudiando

L-esta estudiando economía

E-o sea él ésta en la universidad

L-en el politécnico

E- y que te dicen tus papás de eso

L-pues que tome el ejemplo de él nada más

E-y tú que sientes?

L-pues a veces si que quiero ser igual que él nada más

Ana

E- ¿cómo te sientes al ser tú la hermana mayor?

A- a veces que... mucha responsabilidad porque... como que yo antes hacia algo y, ay porque haces eso tus hermanas van a querer hacer lo mismo... por ejemplo en la escuela, siempre he ido bien en la escuela, y siempre dicen ay este... deberían estudiar como su hermana y cosas así que dices pues ahí si lo hice bien pues ahí si que me sigan, pero cosas así que yo hacia mal y este... ahora tus hermanas lo van a hacer por tu culpa y dices ay soy la hermana mayor o cualquier cosa así, que ellos salían y cuidas bien la casa, o sea tu todo, cuida, cuida has esto bien, tus hermanitas velas, cosas así que ahh una responsabilidad que no va, porque siento que no hay mucha diferencia entre mi hermana la otra y yo... dices ay dos años y todavía tengo que cuidarla y así como que no, o luego cuando me voy de vacaciones también, una ocasión hemos ido nada más las tres solas y era así como que yo me sentía de que voy con las dos y ellas también al ver que van bajo mi responsabilidad como que hasta ellas se liberan de esa responsabilidad y dicen ay pues es la responsabilidad de ella cosas así que dicen tengo que cuidar las maletas a ellas y este tenemos que irnos rápido, el dinero ya no alcanzó, cosas así que dices ay... ...siento que hubo un tiempo como yo era la que apenas entro a la escuela me exigían demasiado y era así de tienes que sacar buenas calificaciones, todo bien... yo decía no es que ya no puedo es todo lo que doy y ya no puedo dar más, pero me exigían demasiado y hubo un tiempo en que como que ya me acostumbre yo si se que puedo dar más y ya era costumbre ya hasta lo hacia por mi propia voluntad... ...no me dejaban salir a jugar con mis amigos.... no o sea era así de que, que porque vas a estar en la calle aquí tienes tú casa, cosas así que dices es ilógico yo también quiero divertirme... hacían fiestas cuando iba en la primaria que mis amigos era su cumpleaños y no nos dejaban ir, rara era la vez, como una vez, nada más fui a un cumpleaños,

Efraín.

...eso si no fallaba mi abuelita, era quien nos reprendía ella era la buena para regañarnos luego, luego nos castigaba incluso hasta nos llegaba a sonar... si la verdad sentía coraje, este pues rencor porque, porque me estaba regañando una persona que pues ahora si es mi abuela pero como te diré, no era directamente como por ejemplo mi mamá, o un padre que te regañara... que cuando hacías algo malo era, se te venia el mundo abajo de que decías me va a pegar mi abuelita mi mamá al rato que llegue ...mi mamá hasta la

fecha en una ocasión me dijo -es que tú descuidaste mucho a tú familia por ir atrás de tú novia no...decide o tú novia o nosotros, entonces te quedas pues quiubole no... pues no todo se te viene abajo porque dices de principio se me viene abajo cuando la fui a pedir y ahora mi mamá me sale con esto, todo se te viene abajo... este coraje, un poco de coraje o sea pero vago el coraje eh...hacia mi mamá porque no me estaba apoyando como yo pensé...

Ginna

... mejor para ellos porque no tenía novio...porque sentían que el novio me quitaba mucho tiempo, eran muy celosos, mi papá... porque en la secundaria tenía novios pero en primero, en primero si era la curiosidad y ya después en segundo y tercero me dedique al deporte entonces los novios decían o el deporte o yo, bueno pues el deporte, entonces me gusto más el deporte...no pues si de por si del papá de mis hijos yo tenía ya 17 años y no lo querían no querían porque, porque eran muy celosos y hasta la fecha a la edad que tengo no quieren que, mas bien no quiere como que se ponen celosos cuando salgo con alguien...me dicen que yo haga lo que crea que este bien porque ya tengo mayor de edad, que ya tengo edad suficiente pero ellos lo que no quieren es volver a ver y ni a pasar lo que pase con el papá de mis hijos...me decían que o me dedicaba a la escuela o tenía novio y me quitaban muchas cosas ya no te compramos ropa, ya no te damos dinero, este no querían o veían que íbamos a salir con amigos y eso y nos querían adentro entonces no, nos dejaban salir...

Rosa

..en ese momento decía que era por tonterías no, porque eran cosas este que no había motivo para que nos pegaran con que nos llamarán la atención eso era suficiente y de mi papá nada más una vez, una sola vez recuerdo que me pego si una sola vez, esa vez me pego con una reata y este no se si haya sido motivo o no se, pero esa vez me pego porque salí de la prepa, era mi novio Samuel mi hermana siempre me esperaba que platicara yo con él y llegábamos juntas a la casa pero esa vez creo yo que le exageré en la platica que platicamos más de lo debido y mi hermana se fastidio de esperarme y no me espero llego a la casa sola y le preguntaron por mi y – no pues que esta con su novio platicando- y pues ya llegue yo después y me pegaron me pego mi papá pero me dio más

coraje porque me pego porque había gente y me pego delante de la gente, a parte de que me dio coraje me dio pena porque estaba mi papá mi mamá, estaba este un hermano de mi papá, estaba el esposo de mi hermana incluso hasta mi cuñado se metió para que no me pegara...

... siempre me han inculcado que hay que llegar virgen con la persona con la que, con él que vas a hacer tú vida... se puso a llorar mi papá que su hija que yo, y es que yo digo que lo que sintió más mi papá fue coraje o no se porque Samuel ya había ido a pedir permiso a mis papás que yo era su novia y que nos dejaran platicar y a lo mejor dirá mi papá a lo mejor mi papá se sintió traicionado de alguna manera que nos brindó la confianza y yo cometí el error de irme con él y pues ya después paso eso y ya...después tuvimos que ir a pedir perdón ahí se acostumbra eso de que fuimos los dos y fui al perdón y si pues mi papá se enoja pero dijo que pues ya, ya no se podía hacer nada no mas quería que nos casáramos... y ahora es necesario hablar con nuestros hijos pero antes no...

...casi no eran flexibles, no bueno a lo mejor porque me case chamaca también pero así de fiestas casi no iba yo a fiestas iba yo a los bailes pero si había con quien ir, si había con quien ir y luego este pues cobraban para entrar a un baile cobran y pedíamos y pues no nos daban, yo recuerdo que mi hermana la casada no andaba dando para el baile o si yo tenía novio pues mi novio pagaba la entrada para que yo pasara al baile, pero pues nos ponían muchos peros, para que nos dejarán ir a los bailes...

Norma

... fíjate que también te digo toda mi vida yo siento que toda mi vida ha sido sin chiste como que no ha pasado nada no, no se tuvo un... fueron pocos novios pero siempre me decía mi mamá este, aquí afuera de la ventana, donde yo te vea nunca fueron fiestas, nunca fueron idas al cine, nunca siempre fue donde yo te vea y una vez incluso me invitaron a unos quince años de, de la hermana de mi novio y dice mi mamá vámonos todos porque vamos a acompañar a Norma bueno, pues vamos.. pues mal fíjate porque yo sentía que mi mamá no me, no tenía confianza ...

Rosa María

... situación estresante para mí era muy fuerte porque, porque yo creo que siempre desde chica estuve presionada, porque tenía que cuidar a mis hermanos, me daba miedo que se cayeran que me llamaran la atención o que me golpearan a mí porque se habían

caído... entonces no tenía la libertad, te puedo decir que son contadas las veces, las que yo fui a jugar... el no tener derecho a jugar a ser niña, ah yo carecí de muchas cosas no nada más de afecto, o sea que es lo más importante no, el cariño de los papás el tener, y creo que fui madre desde chica, yo lo considero a hoy, que al quedarme con mis hermanos y al verlos pues creo que fui mamá desde pequeña...- pues más que otra cosa puedo decir que para mí no fue eh, era tan, me consideraba así, me consideraba tan ignorante, tan llena de miedos, tan llena de, tan estar tan harta de vivir cerca de, de, con mis tíos, con mi abuelita de estar viviendo en una casa reclusa todo el tiempo que lo que yo buscaba era, el salir de ahí, entonces a esta persona la conocí pues creo que en una fiesta, al que fue mi esposo eh, en medio año que yo lo conocí yo lo que quería era que pues bueno que me casara para poderme ir de ahí lo que yo quería era huir de ahí, de la casa donde yo vivía... porque no salía a ningún lado...tenía ganas de hacer, tenía ganas de jugar con los demás, tenía ganas de salir como mis demás compañeros, me platicaban que los sacaban y yo no salía a ningún lado yo no tenía nada que platicar más que el que tenía que haber cuidado a mi hermanita o a mí hermano o que tenía que hacer quehacer... por ejemplo si había alguna fiesta ya después cuando yo era adolescente y que ya a los 19 o 20 años... que era cuando nos dejaban ir a un baile y nos decían pero a tales horas deben de regresar entonces nos dejaban ir media hora si íbamos a las 9 de la noche a las 10, 9:30 vámonos ya es hora de retirarse y no, siempre como que a mi abuelita le gustaba estarnos echando en cara, estarme echando en cara por decir este, ya fuiste al baile, así como eres buena para una cosa tiene que ser buena para la otra como que era un momento de que yo ya te di , ahora me cobro, ahora me tienes que pagar lo que yo te di, entonces a mí me daba mucho coraje, y mi mamá a veces cuando nos llevaba cuando ella tenía ganas de llevarnos y que porque le rogaba yo, le suplicaba que me llevara em, iba molesta a llevarnos a llevarme y de todos modos rápido tenía que regresarme...

Elena

...bueno pues es que mi papá es, era una persona muy, como te diré, pues como las de antes, lógico que quieren lo mejor para sus hijos... pero yo siento que ahora es como que más, como te diré, como que hay más la confianza o no se de hablar con ellos de decir lo que quieren ya, antes no... por eso te digo que ahora como que son más como que ya se sienten un poco más confiables, depende de cómo los traten los papás porque hay papás que les dan toda esa confianza y por eso hay esa relación pero hay muchas veces que no, en mi caso no la hubo...

Lenny

... pues castigos así que dijeran te voy a castigar no, más bien a mi me...mi papá me educo con golpes de que si hacías una cosa mal ahí va el chicotazo o cualquier cosa pero con mamá, con mamá siempre fui muy mimado pero mi papá era el que aplicaba los correctivos, pero no eran castigos eran golpes cuando tu hacías algo malo.....mis papás también eran muy secos, casi no eran muy alegres entonces no yo la verdad no casi no, o sea mi idea que me predominaba era el de trabajar...

Karina

...pues nada más era, o sea era estrés pero...se puede decir que muy leve, muy pasajero o sea más que nada el hecho de sacar buenas calificaciones en los exámenes, pero no era tan estresante como a ultimas fechas, del trabajo...

Lourdes.

... pero no me dejaban salir... pues me sentía mal, porque luego me ponían metas de que decía mi papá –si te dejo ir pero tienes que lavar, tienes que planchar, tienes que hacer todo el quehacer- y a veces lo hacia y decía –bueno porque no me dejan si yo hice todo lo que me dijo-... no tuve novios, más que mi marido...porque te digo que yo casi no salía, siempre estábamos en la casa o ahí en la puerta pero con mi mamá... como mi mamá se dedicaba al negocio y todo eso siempre andábamos en friega ayudando... de chamaca me gustaba, pues eran en unos llorar, porque no me dejaban luego me escapaba...pues coraje porque yo decía –porque no me dejan, que es malo o que-...hacia mis papás y tenia una hermana que siempre me, bueno la que vivía aquí que siempre me gritaba, le gritaba a mi papá...

COMO AFRONTO MIS EMOCIONES.

Tragándome mis emociones.

La manera en que cada persona enfrenta cada situación está en función de las experiencias y aprendizaje a lo largo de su vida. En este caso la mayoría de los entrevistados manifestaron sentirse incapaces de expresarle a los demás sus emociones optando por quedarse con ese sentimiento y no expresarlo.

Yareli

A-si o sea de cualquier cosita ya me enoje pero...

E- o sea eres muy corajuda A- si E- te lo dicen, tú te das cuenta, que haces por ejemplo, como te podrías tú dar cuenta que estas enojada A- porque por ejemplo yo siento algo que como que me sube y me baja así E- y que te dan ganas de hacer o que A- no se a pegarme en la pared, ganas de rasguñarme

E- cuando tú te sientes así con ganas de explotar, de gritar, de pegarte, de pegarle a la pared, cuando es más o menos que te da eso, ante que cosas

A- o sea cuando has de cuenta que, yo tengo todos así los corajes es cuando ya tengo ganas de reventar E- pero como de que corajes

A- pues es que mis amigas me hacen enojar de que a veces me hablan a veces no

E- ah son más o menos cosas así, pero si le cuentas a alguien que estas triste

A-si

E-siempre o A-no, a veces yo nada más quedo con eso

E-porque no se los cuentas A-pues no, no se yo digo para no ocasionar problemas

E-problemas como cuales o como de que tipo A- como de que se peleen mis abuelitos, mi abuelita y mi mamá

Claudia

...no, si o sea cuando estoy muy feliz si les digo ay mamá te quiero mucho y les doy besitos y las abrazo, pero cuando a veces si me enojo ahí si me pongo seria igual...

no se este...agarre un peluche y como que lo empecé a apretar o a pegarle para que mi mamá no se diera cuenta, no se de que me había pasado algo o sea mío, si me enojo mucho, en ese sentido si, pero ya en otras cosas digo tranquilízate y cálmate y ya... porque se hubo...más o menos, no me acuerdo en que año fue que empecé a vomitar la bilis, me decía mi mamá que era por corajuda que ya no me enojara por cualquier cosita

E- o sea que si te enojabas mucho

C- si es que a ver como una opresión así en el estomago y...no se yo al decir las cosas sentía que me desahogaba pero junto con coraje yo le decía todo a mi mamá y como yo decía las cosas

E- como las decías

C- este...con una voz así fuerte y que le reclamaba yo

Abraham

E- o sea en algún momento cuando llegas a tener esa, ese miedo a que te abandonen o a que te decepcione la gente, ¿Cómo tú lo llegas a expresar, te angustias, lloras?

A- siento que me vuelvo como que muy frío, así de que antes de que me lo hagan, mejor lo hago yo.

E- ¿como expresas tu lo que sientes hacia los demás?

A- mmm... suelo no expresarlo, si por ejemplo, suelo no dar abrazos, suelo no decirle a la gente te quiero o cosas así ...no tenía o el valor o la energía suficiente para estarle contestando a todo el mundo no podía, además como que tenía miedo, no se...

E- ¿miedo de que?

A- es que no se nunca he sabido exactamente a que es ese miedo, enfrentarme a las cosas yo creo

E- pero tu que sientes así en tu cuerpo que es lo que sientes, imagínate que te están molestando

A- es un dolor en el estómago, así como un hueco..., pues era algo así como un dolor en el estomago, como ganas de decirles algo pero no hacerlo...

E- como expresabas esa depresión

A- lloraba solo, o ebrio, yo creo por ejemplo en la primera vez que si me deprimí así fuerte fue cuando empecé a fumar...

Alejandra

E- como es que tú expresas tus emociones con tu familia

A- casi no las expreso tanto, bueno últimamente soy mas expresiva pero antes no ahorita como que ya hablo más con ellas, ya las demuestro más

E- ¿Por qué no las expresabas, cuales crees que hayan sido las razones por las cuales no expresabas tus emociones?

A- porque no estaba muy unida a ellas como que cada quien estaba en su rollo y no nos sentábamos a platicar o nunca nos sentabas juntas todas y platicábamos y ahora ya no es necesario sentarnos o estar todas juntas para demostrar lo que sentimos

Alberto

E-¿cómo es que tú expresas ese enojo?

L- pues no se lo doy a notar

E- ¿y expresabas ese enojo, esa tristeza pegándoles? L- si

E- ¿alguna vez te trajó consecuencias el darles un golpe?

L- me suspendieron tres días

E-¿qué sentiste tú en ese momento?

L-pues nada, me sentía ya...¿como dicen me vengué?

E ¿tu como expresas lo que sientes?

L- no casi no lo expreso, o sea no lo doy a notar

E- ¿por qué no lo das a notar?

L- porque si más lo das a notar, más se aferran, van a decir, no con esto se aferra y si no te enojas pues ya no te lo vuelven a hacer, hay que pensar también antes de actuar

E- ¿pero a ti si te enoja algo, aunque no lo trates de expresar?

L- casi no

Ana

...siento que siempre me han catalogado como este...como muy orgullosa, como muy enojona, muy explosiva y a veces siento que si es eso siento que soy muy, no aguanto mucho lo que digan o todo lo tomo personal... yo no soy muy expresiva, yo no las abrazo ni les digo ay te quiero mucho y cosas así

E- ¿ellas te lo expresan?

A- si, ellas si son muy encimosas y más la chiquita me dice te quiero mucho abrázame y ellas me dicen es que tu no nos abrazas o así pero yo casi nos les digo te quiero

E- ¿siempre has sido así?

A- si con todos, con cualquier persona, hasta con mi mamá aunque la quiera mucho casi no se lo digo por lo mismo o sea no, casi no

E- ¿no te nace o que es lo que te hace no decirlo?

A- como que me da pena decir te quiero cosas así, no se, me da pena, aunque si lo sienta y a veces si las abrazo y me dicen mis hermanas hoy me abrazaste porque estas loca o que, porque por lo mismo de que casi no lo hago, pero yo siento que ya con que yo este con ellas, ellas van a entender que las quiero y siento que no hace tanta falta que se los diga pero no se

E-...no se cuando tú llegas a tener mucho coraje o te llegas a molestar como o expresas eres de las chicas que, hace rato me dijiste que eras muy explosiva

A- si E-avientas la puerta A- si... E-...y llegas a expresar lo que te molesta

A- a veces si a veces no, es así de que eso me molesto, o siento que lo saben siento que saben que me hizo molestar y por eso ya no me lo dicen y ya hasta después lo comentamos fíjate que a eso le exageraste ...

.... fíjate que no, no soy muy expresiva... no soy muy expresiva porque no, no se, siento que a lo mejor le tengo miedo al rechazo o a la burla y a lo mejor porque yo soy así no, porque si a mi me dicen algo cuando estoy con él, ay que bonito y luego aquí digo hay que tonto o sea que cursi y yo siento que ellos me van a hacer lo mismo si yo les digo te quiero van a decir ay que linda y al rato que tonta, casi no soy muy expresiva, si estoy con él y por ejemplo me dice te quiero, yo también pero que yo les digo ay te quiero no mucho cosas así no, que yo los abrace si ellos me abrazan ya los abrazo sino no...

Lorena

... tú como expresas si algo te molesta o si algo te agrada tú como lo expresas

L- llorando, si cuando traigo mucho coraje o este o así tristeza, me desahogo llorando... hay veces que me desahogo con alguien y hay veces que no me encierro me acuesto en la cama y me pongo a llorar

E- cuando algo te da coraje lo expresas o que haces cuando algo te da coraje se lo dices a esa persona o que haces

L- a veces se lo digo a veces mejor me quedo con mi coraje ... mmm pues cuando es mucho mi coraje no lo digo cuando es algo este más tranquilo se los digo

E- ¿Por qué no dices tú coraje cuando es algo grande?

L- este, para no hacer más grande el problema

Efraín

...siempre me he guardado mis corajes soy una persona que, que, que no los saca a flote, no los dice siempre me los guardo, y me los guardo y o sea no, no los saco...no se como que soy muy arrebatado, o sea a mí no me pueden decir algo porque luego, luego reacciono mal pero trato mejor de, de medir las cosas y es cuando agarro y digo no, mejor me quedo callado y me guardo las cosas o sea que...

E-en algún momento lo llegas a expresar o

F- no, nunca, no

Ginna.

...de mucha furia yo tenia algo así guardado de mucho tiempo y que en ese momento explote, fue mi furia yo creo...yo me guardaba mi coraje, lloraba mucho de miedo porque estaba muy chiquita...

...entonces me guardaba el coraje y decía al rato hablo contigo, y al rato y así se pasaban días hasta que explotaba...porque me gusta estar sola, desde niña fijate que me ha gustado estar sola, me ha gustado estar sola si platico, si quiero este desahogarme sola si quiero pensar algo sola, y siempre siento que desde niña, que yo me acuerde siempre he querido estar sola...

Rosa

... me daba coraje...pero no decía yo nada porque no podíamos expresar lo que sentíamos por ejemplo yo a mis hijas alguna cosa y ellas no se quedan calladas se defienden, pero en esos tiempos pues no, te callabas la boca...

...sentía feo pero no se lo decía yo a él me quedaba yo callada ... pues sentía mucho coraje...a lo mejor conmigo quería yo decírselo y no me atrevía yo a decírselo o a lo mejor por el miedo de que si yo le contestaba algo una cosa a lo mejor me pegaba por eso mejor me callaba la boca, me lo guardaba yo, todo lo que le quería yo decir y ahora a lo mejor como ya no me dejo... , no se me guardo el coraje... no lo expreso me lo voy quedando... si hay ocasiones en las que me llevo a quedar callada...pero hay ocasiones en que siento deseos de decirlo pero no lo digo al momento que pasan las cosas, si no que dejo que se calmen las cosas dejo pasar días, busco la oportunidad si el problema es con Samuel busco la oportunidad, busco el momento y es cuando aprovecho sabes que a mí no me pareció esto, lo otro...no pero hay ocasiones en que sí, si me lo quedo o a lo mejor no le doy tanta importancia pero si me lo quedo...

Norma

...pues, este por ejemplo cuando me hacen enojar les grito fijate yo tenía eso era muy malo lo que yo tenía, porque yo los insultaba de la forma en que nos insultaba mi mamá a nosotros les decía mucha majadería empezaba a gritar como loca incluso llegue a ver que yo a mí hijo al mayor le pegaba muy feo, demasiado entonces eh me porte, yo siento que fui una mamá muy fea, fijate en ese aspecto, entonces poco a poco me fueron diciendo su sentir ellos de cómo les gustaría que los tratara entonces ellos, como que en vez de yo también moldearlos a ellos, como que ellos me han hecho ser mejor madre, ellos, entonces cuando me hacen enojar ahora trato de tomarlo con más calma...

...si, fíjate que ahora he tomado más el decir las cosas, importándome quien sea...no, antes todo, todo, todo, todo eso yo lo tenía aquí (señala su pecho) si lloraba todo pero antes todo me lo guardaba ahora ya no, ahora no porque, porque nada me va a llevar el guardarnos las cosas el dejar que la gente siga diciendo que mi madre siga diciendo las cosas porque no, entonces ahora si se lo digo ahora si, que no me gusta eso ahora no me gusta aquello, -no pero es que- me empieza a gritar, no, no me grites simplemente estoy diciéndote las cosas...porque he dejado que siempre me dañen no tengo que ser grosera ni déspota para decir esto no me gusta que no, no lo hagan porque he dejado yo también que me hagan tanto daño, ya basta y ya basta tengo que tomar las riendas de mi vida...

Rosa María

...no, nunca lo llegue a expresar siempre lo llegue a callar porque, porque no tenía el, estábamos tan reprimidos estaba yo tan reprimida que no tenía ni el derecho de hablar y de decir que no me gustaba, que no me parecía me tenía que quedar callada...

- como expresaste este coraje... nunca lo exprese, a lo mejor en mi forma de ser, a lo mejor en un poco grosera, a lo mejor en que bueno sabe que mami, ella me preguntaba este, -vamos a hacer esto en la casa y tienes que estar-, no, yo no tengo tiempo, yo no puedo, o lo siento, a lo mejor con, con el que yo evitara estar cuando ella estaba era la forma de expresarlo porque no creo atreverme a decirle es que por su culpa yo esto, yo hubiera querido esto o usted no me dio, no, no podría hacerlo...

..yo me consideré una persona muy aislada se podría decir una persona muy tímida insegura...- como expresabas esa inseguridad-... miedo hacia los demás, con miedo hacia los demás con desconfianza ...

... ya no considero que soy una persona que, que ya me quede callada del todo o sea tengo que buscar el momento para poder decir las cosas, con mi mamá trato de, de que las cosa vayan mejor de que, considero no faltarle al respeto en muchas cosas aunque todavía piense lo mismo...lo mismo en que pues, que por su culpa yo no tuve muchas cosas, que por su culpa yo tuve que ver otros hermanos, que o sea eso todavía como que de mí no se va, como que yo lo siento y todavía lo pienso...

... -lo expresaba- no, jamás, jamás lo exprese, jamás le dije solamente pues si veía a lo mejor mi molestia, pero no le, nunca le dio importancia...pues yo creía que era, era normal no, o sea que ella tenía derecho de decir eso y de que uno tenía que obedecer lo que, las reglas que ella ponía...

Elena

... no dije nada yo me quede callada...pues yo creo que por, por cobarde yo creo, por el hecho de tener enfrente a mi papá y no tener como te decía yo antes, esa confianza de decir lo que yo quería y decírselo a él yo creo que fue cobardía de mi parte...

... porque al principio al menos yo me sentía bien tonta, aceptar todo lo que él decía y ahora ya no, ahora ya pongo mis propias condiciones y lo que esta bien para mí lo hago y lo que no pues no...

..soy una persona que no me puedo callar nada o sea si a mí me dicen no es que esto y esto o sea yo no me lo puedo guardar hasta ver si, si o si no, no, yo lo digo, sabes que a mi me dijeron esto por esto y a ver explícame..

... manera de decirles a ellos es gritándoles o sea esa es mi manera de decirles y es como no se, si sientan que estoy enojada o no se pero es la manera por decir de obligarlos si...

... sea soy muy enojona incluso ya me dijeron que si sigo de enojona me puede dar la diabetes porque soy muy corajuda entonces por enojona...

Guillermo

como expresa ese malestar...-como te dijera un poquito irritable, irritable la forma de que no veo la manera de solucionar algún problema si y como no me gusta tener como te dijera esos problemas, me siento mal... te digo yo soy de muy pocas palabras eh...o platique con alguien así o me ponga un buen rato a platicar...pues no, no tengo muchas palabras para expresarlo... yo te se escuchar me gusta escuchar y en lo que se o en lo que puedo es cuando intervengo en las pláticas pero menos, me gusta más escuchar...

... -como podría decir usted que ha tratado de expresar lo que siente por la gente que le rodea- expresarlo, como de alegría o que pues como te dijera (le indica a una de sus hijas que el encienda un cigarro)mmm, pues como te dijera no la expreso así de que digan anda alegre o algo así, simplemente pues como te lo puedo explicar mmm...no se si de cuenta o no porque la verdad si yo ando enojado o voy a salir a hacer un trabajo a alguna casa ahora si que como los payasitos o el artista poner mi mejor cara y adelante....

Lenny

... no nunca lo llegue a expresar, no siempre me lo así como se dice vulgarmente siempre me lo tragaba o sea porque casi por lo regular con los problemas, los golpes que tenía con él eran fuera de casa eran en el campo, entonces lo primero que me decía -sabes que si le dices a tu mamá te vuelvo a dar otra-, entonces pues luego casi siempre me los, me los comía o sea me los aguantaba, entonces casi no incluso mi mamá no se daba cuenta de eso ya llegábamos a la casa y cada quien por su lado como si nada no, seguía siendo mi papá pero no la verdad es que casi no... nunca los conté con nadie, nunca se los conté a nadie, nunca hasta ahora de grande ya a la que le he dicho la mayoría de las cosas es a mi esposa le decía las cosas que me pasaba de chico pero no se los contaba ...

...desgraciadamente te tienes que tragar ese coraje porque ya la siguiente persona le tienes que mostrar una sonrisa para seguirla atendiendo... pero aquí en la casa te digo por eso es que casi no por eso es lo que te digo que casi no platico con mis hijas porque luego llego y a descansar nada más a desahogar mi, a desahogarme en que aspecto en lo que tengo callado a veces me están hablando y yo como si nada por lo mismo que te digo pues es que el trabajo de estar atendiendo a la gente si es muy pesado...

Karina

... no la expreso, muchas veces me quedo callada y nada más meterme al cuarto y o sea sentarme y veo la televisión, no soy muy de explotar así, me dice un medico que también es una forma de que se me ocasionara la gastritis, el no sacar el coraje, sentimiento, conflicto que yo me lo quedaba, entonces de ahí ya venia un poquito la gastritis, pero vamos así es mi forma de ser no exploto muy fácilmente...

Lourdes

... lo que pasa que somos, o sea nuestra familia siempre ha sido muy seca no somos de las personas que -ay, pues ahí viene mi papá- o me diera gusto, o sea si me daba gusto verlo pero pues no se yo era muy grosera no lo saludaba, pero ya después pues si me arrepentí de todo eso... ya me quedaba yo callada o sea no decía yo nada ... no porque yo soy de las personas que a veces no acepto mis realidades y no le hacia yo ningún comentario, nada más me quedaba yo callada ...pues nada, lo que pasa es que eso te va enfermando a veces y cuando explotas, explotas por completo - alguna vez siente usted

que exploto- si... ..no, no tenía... porque...no se era como que muy apartada yo, no tenía amistades...

TIPO DE ALIMENTACIÓN.

Duración entre comidas.

En esta categoría incluiremos el largo periodo que pasa entre una comida completa y otra, así como el poco número de veces que consumen alimento al día.

Abraham

E-actualmente cuantas veces al día comes

A- ahorita dos a veces una

E- porque una

A- porque bueno cuando estaba antes en la mañana no me daba tiempo de comer había veces que saliendo de la escuela pues nos íbamos a vagar y entonces ya tampoco comía en la tarde y pues era de llegar a mi casa a comer como a las siete o a las ocho o cuando llegaba temprano era comer como a las cuatro y luego la cena... como no me da hambre así tan seguido me da hambre en la tarde que es cuando no puedo comer y entonces ya llego a mi casa a cenar

E- que haces cuando te da hambre

A- me la aguanto

Alejandra

A-se origino, iba en la secundaria y nada más desayunaba un vaso de leche y me iba , en el recreo ahí no comía nada no consumía absolutamente nada y entonces me empezaron a dar dolores en la boca del estómago y fui a la escuela y me mandaron a que me hiciera un chequeo en el seguro y ya fui y me dijeron que tenia principios de gastritis y luego ya fui con otro doctor que se especializaba en eso y me dijo que el principio de gastritis era gastritis, así que ya lo tenia.

Anna

...comía dos veces al día, pero es que bueno...cuando voy a la escuela yo no desayuno o sea cuando iba a la prepa tomaba un vaso de leche y era todo mi desayuno, hasta que yo

llegaba aquí a la casa como a las dos o tres de la tarde que ya me daban mi comida normal y este...ya no cenaba más que leche o algo así, pero ahora que entre a la universidad como voy en la tarde pues hubo un descontrol alimenticio completamente y este...ya tenía que desayunar aquí, desayuno como si fuera comida o sea me dan mi guisado y ya y ya no como hasta, a veces cuando si tengo mucha hambre llego aquí como a las diez de la noche y ya como pero muy poquito y a veces porque a veces no como hasta el otro día otra vez en la mañana

E- ¿cuántas comidas al día haces?

A- así bien una, que es el desayuno para todos, pero para mí es la comida y ya

E- ¿en la escuela?

A- no porque hasta eso no me gusta mucho la comida, así la que no sea de mi casa

Arely

E- cuantas veces al día comes actualmente

A- dos veces, desayuno, comida

E- que desayunas

A- a veces desayuno cereal este yogurt a veces es un licuado, y este un pan o a veces ruta o jugo

E- y en la comida

A- en la comida pues depende de lo que haga de comer mi mamá es lo que como, como, como a las cinco y media siempre

E- desde que hora, a que hora desayunas

A- desayuno antes de irme a las siete y media a esa hora este

E- esta muy lejos tu trabajo

A- como a hora y media y si este en la mañana desayuno, no me da hambre y en la tarde cuando llego como cinco y cuarto cinco y media como pero casi siempre a esa misma hora

Ginna

...como cinco es que todo el día me da hambre pero que crees que dos veces como bien y las otras tres como lo que encuentre, encuentro una torta cualquier cosa, una sopa...

Norma

...siempre que he trabajado nunca he comido como debe de ser siempre por carreras o porque tengo que hacer esto, o esto otro, al rato como al rato como...

Lenny

... porque lo que pasa es que estuve ya en bachilleres cuando la empecé a padecer y entre a trabajar a donde estoy trabajando a los diecisiete años y yo salía de aquí de la casa a las al cuarto para las siete y regresaba hasta las diez de la noche entonces salía del trabajo a las dos de la tarde y me tenía que trasladar, yo trabajo en Neza y pues el trayecto ya no alcanzaba a comer luego a veces me comía una torta pero a veces ni eso entonces me pasaba todo el día sin comer nada en ese tiempo teníamos un horario muy estricto en la ofician, no nos dejaban ni meter alimentos a la oficina, no podíamos tener nada entonces...y ya en el trayecto nada más lo que alcanzaba porque en ese tiempo era cuando estaban los camiones los que si se te pasaba uno, tenias que esperarte hasta que pasara el otro y a mi me dijeron que prácticamente era por eso por las traspasadas de que no traía nada en mi estómago...

Karina

... ya entrando a la secundaria ya fue cuando empecé yo a cambiar mis hábitos alimenticios más porque las tareas que luego tenia que ir yo a la biblioteca y no desayunaba por irme temprano, después iba yo en la tarde a la escuela y era llegar de la biblioteca a la escuela y a las cinco de la tarde que sales al receso comer un quesadilla o unos charritos o unos chicharrones y ya hasta las nueve que llegaba yo a mi casa cenar y a dormir, entonces de ahí en adelante ya también la carrera pues era salir corriendo y medio tomar un vaso de leche yo medio comer y nos íbamos y ya en la etapa del trabajo el servicio social y después laborando también es te dan una jornada larga y lo que medio puedas comer en la jornada es lo que comes y sino todo tu turno estas sin tomar agua y sin comer, ya llegas y pues comes un poco, entonces es donde empieza a ver los desajustes de horario para la comida ...

Alimentos favoritos.

Esta categoría incluirá los alimentos que consumen con mayor frecuencia, siendo estos los alimentos chatarra y las carnes rojas

Yareli

A- has de cuenta que a mi la comida no me sabe sin chile

E- necesitas ponerle chile

A- si a la sopa chile, al caldo de pollo chile

E- y todo el tiempo se te antoja el chile o de un tiempo para acá

A- no pues desde que era chiquita, o sea los chetos los pedía con chile

E- desde que eras chiquita, como cuantos años más o menos

A- bueno desde los tres ya me empezaba a gustar mucho el chile y a todo chile

E- que sabor es el que a ti más se te antoja

A- unos chetos o chicharrones... mmm, los rufles enchilados, cualquier cosa que lleve chile ahora si..., ... chocolate este los chicharrones y las frituras...

Claudia

E- que alimentos son los que principalmente te agradan o consumes o tú comida favorita

C- me gusta mucho, las carnes rojas

E- por ejemplo algo así que sea tu favorito

C- este... el espinazo creo en chile verde con frijoles o con algo

E- cuales son así los contraparte los que no para nada te gustan, los alimentos

C- casi los vegetales, casi no me gustan

E- te gustaba mucho la salsa valentina

C- si y tomar coca

... en la escuela como mi mamá nos hacía el desayuno, pero a parte nos daba dinero por si se nos antojaba algo, me gusta mucho comerlo en papas, por ejemplo en la comida en el bistec, echarle salsa, en tortitas de papa echarle salsa y todo eso...

Abraham

E- cuáles son los alimentos que prefiere tú familia así lo que más les guste comer a todos

A- pues básicamente la carne, la carne roja, luego el pollo y luego así el pescado a veces

E- la carne roja como la comen

A- mmm a veces es en caldo como, el mole de olla en caldo de res o a veces es la carne asada o carne molida..., ...es que igual fue mal de mi mamá que desde siempre nos acostumbró a comer mucho chile y ahorita de todos no podemos comerlo mucho porque

todos tenemos gastritis, entonces si, pero cuando hace salsa, ah porque siempre que comemos tiene que haber salsa siempre hace salsa pero a veces sí se le va la mano

Alejandra

E- ...en qué se basaba la alimentación de tú familia?...

A- pues en carne, si era más carne que verduras, carne pasta sopas, aja... mmm bueno aunque no hagan la comida picosa siempre hay chiles en vinagre salsa valentina...

Alberto

... casi desde que iba en la secundaria porque comía pura chucheria...

E- te gustan todo ese tipo de alimentos, ¿antes de que te diagnosticaran gastritis, tu consideras que algún alimento te hiciera daño? L- si

E- ¿cuál? L- pues toda la chucheria... ay unos chicharrones con salsa y ya me los como...

Ana

E- ¿actualmente cual es la comida que más te agrada o que más se te antoje?

A- pues ahorita este...carne

E- ¿cómo cual?

..pues me gusta mucho el pescado frito, todo lo frito, que carne empanzada, pollo empanizado, la carne de puerco también me gusta mucho, este...pero eso si o sea me gusta esta comida porque se que a parte tiene ensalada o algo así que te refresca, es lo que me gusta más comer, que por ejemplo una pechuga empanizada con todo lo que lleva que la ensalada el guacamole cosas así, el complemento y sopa también, es lo que más me gusta... cosa que veías en la calle te lo comprabas que chicharrones y cosas así, mi mamá dice que es por eso el doctor me dijo que no comiera mucho picante y cosas así y que si eran cierto no, diario era así de salir con los chicharrones con un montón de salsa y como ya comía chicharrones ya no comías bien aquí, y ya no comía hasta el otro día y cosas así y yo digo que pues si, que yo lo hay provocado en parte inconscientemente si...

Arely

...picante, el cafecito, entonces este si lo hubiéramos tratado de evitar no nos hubiera dado ninguna enfermedad pero como a todos nos gusta mucho bueno a nosotros nos gusta el picante, el café, el refresco... o sea la comida que sea siento que no sabe igual si no le pongo picante...

Lorena

las milanesas, los mariscos todo eso me gustaba... gustaban mucho las chucherias y ya salía por mis chicharrones con un montón de salsa y por eso fue que me empezó la gastritis ... por comer tanta salsa valentina, limón este cosas ácidas tomaba mucho café mucho refresco

Efraín.

...me ha gustado el picante, siempre, siempre me ha gustado el picante...las verdolagas con carne de res o de puerco, el pollo en chile verde...

Paty

... caldo de pollo, caldo de res, pancita, verdura aguada con pollo...las frituras con chile me fascinan...

Ginna

...los chiles rellenos...el picante... entre que frutita unas papitas y eso era mucho el picante...

Rosa

... arroz blanco, de jitomate, y este les hago espagueti, sopa seca y la carne de puerco si la consumimos también pero no seguido pero se las voy dando una vez a la semana o una vez a los quince días, la carne de res si es un poquito más seguido pero pollo también y la verdura la voy mezclando con la carne y esta agua de sabor al menos que se me antoje el refresco, compramos refresco o por lo regular el fin de semana tomamos refresco y ya en la semana agua simple o de sabor ... los nopales, aunque sea nada más así hervidos los pongo a hervir los escurro, les exprimo limón, sal y chile piquin, como si fuera alguna golosina o no se pero se me antojan los pongo a hervir y así si estoy viendo la tele así me los como o en la comida...

Norma

...pues carne de puerco o pollo o tortas de papa... disfruto más comer fruta picada caldos... muy, muy picoso, entonces este es lo yo siento que fue desde ahí, porque siempre hemos comido demasiado picoso...

Elena

... es decir, si haces un guisado, mole de olla le tienes que echar chile...-aunque no sea comida por decir en una fruta, por decir, jícamas o pepinos, o chicharrones, lo picoso...

Guillermo

... picante pues antes lo comía en exceso me gustaba mucho ahora lo vamos dejando poco a poco, pues el que más sería el pues que más me hace daño la carne también me la quitaron y esa me encantaba me fascinaba pero me la tuvieron que quitar...

Lenny

...la última vez que me dio el dolor, fue porque tome café, porque así cuando tomaba café era cuando sentía... porque era muy frecuente el dolor cada que lo tenía pues ya...a mi me gusta mucho la cerveza y tomaba cerveza y el dolor luego, luego...

Karina

... me encanta lo que es la carne de puerco con champiñones y como se llama este chilito, (le pregunta a su mamá, y su mamá contesta – ¿pasilla?-), pasilla... por decir los pepinos con mucho limón y mucho picante, en dulces los ácidos y como los chamois o los manguitos con chile...

CONSUMO DE MEDICAMENTOS.

Medicamentos de mayor consumo.

Los medicamentos de mayor consumo en nuestros entrevistados son aquellos que contienen ácido acetilsalicílico y la razón principal por la cual lo consumen es por enfermedades respiratorias.

Claudia

E- cuales son las enfermedades que tú recuerdas que de chiquita, o desde que ibas a la escuela padecías, de que te enfermabas constantemente

C- de tos y gripa... como al año, me daban como cuatro o cinco veces ...desde que iba en cuarto o quinto año de primaria ... este mi mamá nos daba un jarabe, nos daba jarabe bueno nos llevaba con el medico y el nos recetaba jarabes o pastillas, por si teníamos flemas y todo eso... ...me tuvieron que internar porque este, empecé primero en diciembre del año pasado con bronquitis...

Abraham

...ya hasta después que ya no podía comer o por ejemplo cuando me enferme de gripa

E- eso cuanto tiempo tiene

A- fue en diciembre

E- estuvo muy grave

A- algo, si porque por ejemplo tosía y vomitaba, vomitaba y me tapaba la nariz y la boca, hasta que un día ya no podía respirar y dure así como un minuto...fue cuando mi mamá ya me llevo al doctor, ya casi cuando me vio desmayándome en el piso y me dijeron que tenían que desflemarme todo porque ya tenia bronquitis y me dijeron que aparte ya tenia a un lado gastritis

E- de ahí te dieron algún tratamiento... para la bronquitis

A- fueron inyecciones, pero no me acuerdo de que, pastillas y que no saliera a la calle

Alejandra

E-Cuáles con las enfermedades más comunes que tú has padecido?

A- siempre, bueno de chiquita padecía mucho de la garganta me enfermaba cada mes

E- Durante, entonces las enfermedades que ella sufrió principalmente bueno durante su crecimiento ¿cuales fueron?

M- fueron estapylococcus , es la enfermedad que más le ha atacado a esta niña porque seguido se me enfermaba cada mes cada dos meses, en la clínica del IMSS lo único que le daban era penicilina pero como la llevaba muy seguido me comentaban que la penicilina baja las defensas y pues no veía yo mucho alivio en ella entonces decidí mejor llevarla con otros médicos la empecé a tratar con homeopatía

M- Pues ya después con otros médicos, porque con medicina de patente solamente me dijeron que lo que le controlaba esa enfermedad era la dicloxacilina

Alberto

E- ¿cuándo eras pequeño, no recuerdas otra cosa que te haya pasado, alguna enfermedad que te diera muy frecuente?

L- no frecuente, pero si la gripa, la tos

E- ¿cómo cuántas veces la año, aproximadamente?

L- unas cinco

E-cuando te enfermas de la garganta, ¿esa vez que te descalabraste te dieron algún tratamiento?

L- pues nada más el naproxen para el dolor...

Efraín.

... me enfermaba más de la tos

E-que tan frecuente era eso

F-pues casi dos o tres veces al año

E-que pasaba cuando te enfermabas que hacías

F-pues nada, este como te digo que estábamos al tanto de mis hermanos y de mi abuela pues lo normal que un juguito de limón o de naranja ahora si con una pastilla nada más o sea no, nos enfocábamos a la enfermedad... básicamente aquí me enfermo de algo y lo que más llevo a tomar el es naproxen que es para desinflamar y unas aspirinas para el dolor

Rosa

... siempre ando con dolor de cabeza y yo consumía mucho la aspirina entonces por el ácido que contiene la aspirina siento que también me provoco eso y porque tomo mucho café, tomaba mucho refresco, mucho este, consumía mucho limón, picante...

Norma

... la aspirina, el sedalmerk...

Rosa María

... que fue la causa que me trajo la gastritis porque cuando yo estaba mal de la vesícula tomaba bastante analgésico, muchísimos analgésicos...

Elena

... el padecimiento que tengo que es la garganta, padecí mucho de las anginas cuando era chica y pues por eso me las tuvieron que operar...a los 12... si porque no había ya ningún remedio ya tenían que ser operables porque ya eran cada semana y ya no eran con pastillas ni con suspensión, ya era con pura inyección, pura penicilina...

Guillermo.

.... cuando me da dolor muscular naproxen...

Karina

... sedalmerk, para el dolor de cabeza

E- esa que es, que sustancia tiene

K- es ácido acetilsalicílico, con cafeína y ergotamina

E- que tan frecuente te la tomas

K- por decir dos veces a la semana...

...una tos y una tos y ya después era de no poder ni acostarme por la tos, comía y lo mismo que comía era vomitar y ay después este, me empezaron a doler los pulmones y ya fue cuando fuimos con el doctor..., me mando medicamento, me mando el Keflex...

Tratamiento para la gastritis y duración.

El medicamento más común en las personas con gastritis es la ranitidina y la duración de este tratamiento es corta ya que lo consumen solo para calmar las molestias.

Claudia

E- te dieron algún tratamiento para la gastritis

C- si me dieron dos como jarabes, ranicita o algo así

E- ranitilina

C- si ranitilina

E- en jarabe

C- si

E- cuanto tiempo te lo tomaste

C- me lo tenía que tomar una vez al día, me duro como dos meses, bueno ya de ahí no seguí el tratamiento

E- porque ya no lo seguiste

C- porque no me gustaba, mas que nada el sabor y todo eso

Abraham

E- cuando te enteraste que tenías gastritis tomaste algún tratamiento

A- si me dieron unas pastillas, pero es que no recuerdo como se llaman

E- ranitidina

A- creo que si, algo así, del nombre no me acuerdo

E- cuanto tiempo te dijeron que te los tomaras

A- este, como ya tiene algo de tiempo, me parece que me las dieron por tres meses

E- te las tomaste los tres meses

A- no

E- cuanto tiempo te las tomaste aproximadamente

A- un mes y medio

Alejandra

... al principio para curarme los dolores tomaba pepto o yo me inventaba mis curas...

A-si si me dijeron que tenia que tomar ranitidina pero la verdad también muchas personas me dijeron que traía consecuencias y preferí no tomarla y ya pues aparte no le daba mucha importancia porque no me daba tan seguido los dolores si me daban fuertes pero no seguido

Alberto

E- ¿qué tipo de pastillas te dan?

L- la ranitilina

E ¿cuándo te la tenias que tomar?

L- cada ocho horas

E- ¿durante cuantos días?

L- ahh...una o dos semanas

E- ¿seguiste todo el tratamiento?

L- si

E- ¿después volviste a ir con el doctor, que te dijo, o ya no fuiste?

L- ya no fui, como se me quito

Ana

E- ¿qué tipo de medicamento te dio?

A- ahh, pues todo lo que trae...como dijo...ranitidina o algo así, era pastillas que traían eso nada más

E- ¿cuánto tiempo te las tomaste?

A- a pues me dijo que hasta que se terminara, que fueron como quince días, lo que me duraron y me dijo que ya con eso porque...cuando me lo detectaron me dijeron que apenas tenía principios de gastritis y ya si hubo un tiempo en que te digo que quince días fue lo que duro de ahí ya no he vuelto a comprar hasta a veces que si me duele compro este...o sea no voy, se podría decir que me automedico porque nada más el que anuncian en la tele que son para gastritis y ya me las compran me las tomo dos tres días y se me calma y ya ...compro la Losec y si esa si siento que fue rápida también ...porque como seguía comiendo picante como que, es que también esa si como ya me estoy comiendo el medicamento como y digo hay pues de todos modos al rato me voy a tomar la pastilla y ya me va a dejar de doler y pues si se me quitaba pues si, y últimamente compraron...hay no me acuerdo como se llama este...comienza con a no se pero esa si no me quita el dolor, no porque últimamente también como empecé a tomar mucho café este todas las mañanas era ardor desde la garganta hasta el estómago terrible y me tome esas y como que no

Arely

A- únicamente la ranitidina,

E- cuanto tiempo llevas consumiéndola

A- aproximadamente como dos meses

E-actualmente la consumes

A- no casi no la consumo, porque ya cuando me dijo el doctor que si tenia gastritis deje un poquito el picante, refresco, café y todo lo que me hacia daño este lo deje un poquito de consumir, entonces casi no la consumo, únicamente la consumo cuando en serio me siento un poquito mal

E- que tal frecuente es eso

A- no, fijate que casi no es frecuente, trato de cuidarme muy bien

Lorena

...ahorita nada mas tomo ranitidina y ya ahorita no he ido al doctor, la última vez que fui tiene un mes...

Efraín

E- recibiste algún tratamiento para la gastritis alguna pastilla

F- este no porque más que nada te digo el trabajo no nos, no me lo permite fui y me dijo que era gastritis me dio hasta incluso la receta pero desgraciadamente uno esta, el da uno igual ir o no ir y comprar el medicamento la verdad no lo compre

Paty

... pues...no mucho eh, o sea lo más que consumo es la ranitidina y esa tengo consumiéndola así, así exactamente...o sea seguido, seguido así como un año, que hay veces diario tengo que tomar una para sentirme bien...

Ginna

...me automedico, pues tomo cualquier cosa que es para el estómago o cuando me viene, cuando me siento muy sofocada del estómago muy dura me tomo un sal de uvas así y ya con eso se me quita...

... la ranitidina y el ay como se llama la otra oprazol, creo que así se llama y unas cápsulas que eran para el dolor, pero en si lo que más me he tomado es la ranitidina porque es lo que más me quita el dolor, de eso me acuerdo

E-cuanto tiempo estuviste con el tratamiento

G-hay mira me lo mandaron como para unos quince días, pero me lo tomaba cuando me daba el dolor nada más, entonces era de quince días pero no me lo tomaba como debía de ser ... Melox y unas pastillas que se llaman inoprazol o izoprazol...

Rosa

... tome la esta la ranitidina aja y se me quito con eso...

Rosa María

...me dieron ranitidina me dieron Melox, me dieron varios analgésicos...

Elena

... fue este pastillas, pastillas y un Melox

E- cómo se llaman las pastillas

M- Asantac... o sea no recuerdo muy bien pero me parece que era una cada doce horas...este fue, por ocho días

E- y después de los ocho días seguía el tratamiento o hasta ahí era

M- después de los ocho días este, si quede bien, quede bien con eso, si fue por ocho días nada más...

Guillermo

... mi tratamiento se compone de ranitidina, este me daban creo que ahorita ya no me dan gel entonces ranitidina... la ranitidina me dijeron a largo plazo es dañina pero yo no me la tomo diario por decir algo me la tomo por decir si yo me siento mal de, de porque comí me sobre pase de comer picante o algo pues me tomo uno pues como se que con eso...el dolor se me va a mitigar, el ardor y este a veces, a veces si no me sobrepaso en mi dieta no es necesario que la tome me siento muy bien, hago todo, o sea toda mi vida normal...

Lenny

...inyectarán en la vena...buscapina... la ranitidina, nada más entonces pues se me quitaba el dolor me lo aminoraba un poquito pero este...cuando regresaba, regresaba más con más intensidad... melox me acuerdo que no te lo mencione hace rato, melox también tomaba mucho melox pero pues te digo al fin de cuentas a la larga pues no me hizo provecho porque era nada más tratamientos pasajeros ...Losec A de Astra Seneca... fue el tratamiento de un mes más o menos lo que me estuve tomando, me estuve tomando una pastilla diaria entonces, ahí se me retiró el dolor como un año...

Karina

... me automedico yo sola, me tomo una ranitidina o una panclasa y se me quita mi cólico, mi dolor y vuelvo a recubrir mi este...mis intestinos...

...melox... el antiácido era cada doce horas diario, la fibra era dos veces a la semana y la dieta blanda pues era diario

Lourdes

... la ranitilina

E- como le dijeron que se la tenía que tomar o como fue la dosis

L- cada ocho horas

E- cuantos días, durante cuanto tiempo

L- durante siete días...

Nieves

... ranitidina... él me decía que no que era la ranitidina para protección del, de mis intestinos pero no ya después me dijeron que no, que me la recetaban porque tenía gastritis...

GASTRITIS COMO ESTILO DE VIDA.

Como enfrento la enfermedad.

En esta categoría identificaremos la manera en que los entrevistados se apropiaron de la enfermedad restándole importancia y viéndola como parte natural

de su vida, considerando que hoy en día es “normal” enfermarse de gastritis por el ritmo de vida y el estrés diario.

Claudia

E- o sea tú como ves que es la gastritis en tu vida, para ti que es la gastritis en tu vida

C- pues algo que no me deja a veces hacer cosas, por ejemplo si un día me siento mal y yo quería salir no puedo por el dolor, por el ardor que siente y este ya no puedo comer casi picante, refresco yogurt

Abraham

E- que pasa cuando te duele el estómago que haces o cuando tienes una crisis de gastritis, ¿no te han dado crisis de gastritis cuando te duelen un buen?

A- pues no lo que más llego a sentir es lo que es la agrura muy fuerte así que sube desde el estómago a la garganta y que quema y a veces no puedo dormir pero fuera de ahí no

E- que haces cuando te pasa eso

A- pues ahorita mi mamá me da melox, porque se acabó la medicina, no se como se llama y ya eso es lo que básicamente hago

E- te quedas acostado

A- no me levanto porque no puedo estar acostado, me duele más, procuro tampoco tomar refresco, porque si tomo refresco con un trago me sienta así como que uf, muy inflado

Alejandra

...pues aparte no le daba mucha importancia porque no me daba tan seguido los dolores si me daban fuertes pero no seguido

E- no le dabas tanta importancia

A- no

Alberto

E- ¿qué pasa cuando aquí te da un dolor de gastritis?

L- pues me siento mal

E- ¿cómo mal?

L- mal no quiero salir a ningún lado, no te dan ganas ni de comer

E- ¿tú sientes que de alguna forma tu enfermedad te afecta en tu rutina diaria?

L- no

E- ¿cuándo te llega a dar el dolor no?

L-no

E- ¿cómo cuanto tiempo pasa antes de que se te quite?

L- pues una hora más o menos y ya se me quito

Ana

E- ¿cómo fue cuando te enteraste que tenías gastritis, que dijiste?

A- yo siento que en el fondo lo tenía o sea yo desde que le dije a mi mamá de seguro voy a tener gastritis y hasta como que hubo un tiempo en que esa enfermedad estuvo como hasta de moda hasta decían mis compañeros te enfermaste a propósito y yo ay si ahorita y este...era así como este...como los dolores eran desde hace un año pues ya era así como que normal y yo decía pues si o sea como que yo sabía que tenía gastritis pero no estaba segura ya cuando me dijeron tienes gastritis ah si ya...y ya

E- y ya

A- si te digo que ya desde ahí me acostumbre a vivir con este dolorcito, te digo desde siempre

E- ¿tú cuando crees que te duela más, en que momento tú has llegado a detectar que te puede doler más?

A- cuando estoy nerviosa

Rosa

... consumo la ranitidina ya me tomo la pastilla y ya o...normal, me aguanto pues el dolor ya si me tomo la pastilla ya se me pasa, hay veces que ya no quiero consumir eso, ya no me la tomo, y dejo de tomar café, no tomo el refresco empiezo a comer más verduras, no hago al comida tan picosa, aja lo que siento que me hace daño lo dejo de comer aja...

Norma

... por falta de tiempo, ahorita me acabo de cambiar a un trabajo, apenas he descansado dos domingos pero no me quisieron dar más entonces tengo que ir se que tengo que darme tiempo, si yo quiero estar bien para mis hijos yo creo que así no lo estoy logrando la verdad, pero soy muy desidiosa, entonces no he tenido el tiempo para decir déjame ir, quítate la decidia a un lado y ve y atiende, a atenderte...

Elena

...- cuando te duele que haces dejas de hacer algo o todo normal- no yo ando normal, yo no me acuesto, ni me siento simplemente ando haciendo mis cosas pero no como las debería de hacer así, con ganas si no ando con la molestia, pero de hacer el quehacer hago todo lo que tengo que hacer... pues eso viene de la enseñanza no desde niña, si ves que tú mamá hace las cosas así, te queda, te queda como dicen la secuela y tienes que seguir, entonces de siempre ha sido así, yo siempre he sido así, incluso mi suegra me hace burla cuando viene se ríe de mi porque dice yo trapeo por partes, y le digo porque si yo así trapeo dice hay no es que allá enfrente allá trapean todo, todo de un jalón, digo como, no dejan que se seca o que , y dice pues quién sabe y este, entonces y no se si sea perfeccionismo o no se pero yo así estoy acostumbrada...

Guillermo

... en cuanto que pasa cuando le llega doler el estomago por la gastritis o sufre una crisis que hace - no, mira no es crisis sino que yo ya de ante mano ya se, se puede decir, si yo me pase en comerme una naranja con bastante picante que me gusta y ya se me antojo me la voy a comer me voy a quitar la tentación...-y luego se come la pastilla – definitivamente... definitivamente lo hacía pero no me quedo con las ganas de... yo se que me va a dar me va a poner en la torre, pero ya me la comí

E- es la consecuencia ya sabe, usted cree que de alguna forma su enfermedad afecta de alguna forma a su familia, si es la llega a afectar

G- pues yo creo que a veces sino, porque te digo a veces uno va a parar al hospital

E- alguna vez le paso G- pues si

E-por la gastritis G- pues si porque a veces, como te dijera, te tomas la pastilla y a veces no te resulta y sigues con el dolor y a veces no es tanto la misma gastritis sino otra cosa,

que es la colitis que no se que, olvídate entonces sino tuviera yo, digo yo digo no, que sino estoy enfermo tal vez no llegáramos ahí pero, pero de ahí en fuera nada más sería ese pequeño problema, pero no, no, no creo que sientan feo mis hijos de irme a acompañar al seguro...

Lenny

... nada es un dolor que no te deja estar de ninguna forma, quieres vomitar y lo único que vomitas, porque yo ya vomitaba puro liquido y este y pues si las afecta porque los ves con la impotencia de que no pueden hacer nada...como te digo yo era de las personas y soy de las personas que aun así con el dolor me voy a trabajar trabajaba dos tres horas y ya cuando ya no lo aguantaba de ahí nada más me iba al ISEMIN y nada más del ISEMIN le hablaba a mi esposa y le decía sabes que estoy internado -oye pero porque no-, no sabes que no te preocupes estoy bien ya me inyectaron voy a salir al ratito no te preocupes y al rato te hablo ya cuando ya salía le hablaba, -sabes que ya voy para la oficina- más ella me hablaba pero sí, si los preocupaba porque yo era de las personas, nunca he sido de las personas de que dicen –ay me enferme- y me quedo acostado o me voy al doctor no antes que nada te digo...a lo mejor estoy mal pero esta mi trabajo...

TIPOS DE EMPLEO.

Trabajo bajo estrés.

Este tipo de trabajo será entendido como aquel que demanda una inversión mayor de tiempo y de actividad que un trabajo común, es decir aquel empleo que absorbe la mayor parte del día y que expone a la persona a estar presionado en tiempo y en actividad.

Ana

cualquier cosa me da nervios que este por ejemplo te digo que no de eso del baño y ya...te digo tengo algo importante que hacer me dan ganas de ir al baño y me molesta te digo porque ahora no...y...como eso me pasa constantemente cuando ya voy a hacer algo me pongo a pensar chin me va a doler el estomago al rato y me duele

me duele mucho el estomago, o cuando este...si cuando me desvelo demasiado por ejemplo en la semana de exámenes ya se que la siguiente va a ser horrible porque me va a doler el estomago no voy a poder comer cosas así

Arely

A- pues me siento bien me gusta mi trabajo, pues trato de aprovechar el tiempo, cuando me hacen enojar me enoja

E- quienes te hacen enojar

A- algún supervisor o el gerente que si de repente nos presionan mucho y no me gusta que me presionen y entonces si exploto un poquito pero trato de no demostrarlo pues por los clientes más que nada... en cuanto al trabajo un poco presionada porque hay mucho trabajo, y familiares me sentía bien porque no había ningún problema de familia

Efraín.

te dijeron porque te dolía la cabeza

F-era por estrés

E-que tan frecuente es el estrés en tú vida

F-del diario...porque tengo una responsabilidad muy grande en mi trabajo este tengo que, repartirle trabajo a todos los trabajadores de la empresa y este y pues ora si los, los ingenieros a mí me avisan que días salen las unidades y se las tengo que sacar ese día por eso , todo el día ando presionado incluso hasta en horas de comida ora si este incluso en tú pobre casa llego y luego le digo a mi esposa hijo no salio el trabajo o me falto esto esta pendiente esto, o sea todo el día ando presionado...

Paty

...en la noche llegaba y lo primerito que hacia, o sea me estaban entregando mi lugar y todo y me preparaba mi café para estarlos recibiendo y haciendo mis cuentas café y café y café entonces hubo un tiempo en que te juro, le juro señorita que llegue a la casa y devolví pero devolví puro café, café no dejaba de devolver hasta que sentí mi estomago vacío, vacío, ay no me sentí bien mal hasta como tres o cuatro gotitas ya la ultima me salio de sangre entonces yo por eso diría por eso se me hizo fácil decir fue el café ...

Ginna

...muy estresada, porque es un trabajo que de aquí tengo que sacar para mi casa, para comer, para mis dos hijos al 100 por ciento de todo este, pero ya me organice , pero si es una presión muy fuerte estar trabajando sola y todo tenga que hacerlo yo ... que siento pues como que estoy muy, todo le día estoy parada y haciendo algo estoy en mi casa sentada no, me desespero, me desespero mucho, entonces tengo que estar todo el día haciendo algo, yo creo que ya es costumbre, entonces a lo que, si estoy en mi casa tengo que estar parada haciendo algo quehacer o lo que sea y llegando aquí al trabajo, pues trabajo...

Rosa

...yo no recibo un sueldo a ti al menos te pagan y a mí no yo soy cocinera soy afanadora soy enfermera para ti hasta soy tú querida y sin un sueldo y tú nada más vas ocho horas trabajas te dedicas a una sola cosa y te pagan y yo trabajo casi las 24 horas del día y no recibo un sueldo... me sentía mal porque yo creo que era exagerada en hacer las cosas y no se daban cuenta cuando yo hacia esas y cuando había ocasiones en que me sentía mal y no hacia esas cosas era lo primero que veían ora no trapeaste y se daban cuenta y lo me daba coraje...

...aja yo me estreso a lo mejor porque esta uno encerrada, no sale uno siempre esta uno en el quehacer, por la rutina diaria siento que me estreso por eso...porque quisiera yo salirirme por un momento n saber nada pero pues a donde me voy yo no tengo familia aquí toda mi familia esta lejos a donde me voy...no salimos más que al mercado...

...a que a lo mejor ya me fastidie ya estoy cansada de hacer tanto quehacer que ya quisiera que se acabara el día pero para acostarme, siento que ya todo me cansa pues es flojera también luego me da flojera...

Rosa María

...entonces necesitamos a veces más tiempo que un día entonces no hay descanso, cuando se descansa un poquito que será cuando por ejemplo los lunes es que se la lleva uno más tranquila hay que hacer lo operativo, lo administrativo que es llenas este reportes que son, de 16 programas hay que llenar y entregar los días 25 se hace corte y el 26

tenemos que entregar reportes tanto a Teotihuacan como a Toluca, entonces es mucho trabajo pero yo creo que estoy contenta con lo que estoy haciendo ...

Elena

...la verdad yo ya no puedo estar sentada nada más, incluso hasta luego mi esposo me regaña porque me dice tú no puedes estarte quieta un rato aunque este él aquí y si yo se, que yo no he terminado mis cosas o sea no estoy a gusto incluso hasta por eso me enojo cuando yo no termino el quehacer rápido me enojo ando de malas me molesto no se tal ves es costumbre o no se...

...me ha pasado, pero este pues hasta eso yo soy la que me desespero y el que me pone calma es mi esposo porque me dice, no te preocupes mira, hablamos y le digo no es que tengo que hacer, o sea yo soy una persona muy como te diré o sea que si yo digo ese día ese día es, si yo digo, si tú me traes algo, si me encargas unos zapatos y yo te digo te los tengo para el jueves si yo no voy, yo me siento mal yo soy una persona muy cumplida entonces este hasta eso me deprime, me pone así tensa, entonces luego platico con mi esposo y él me dice no, es que mira tranquilízate y vamos tal día...

Guillermo.

... fecha, bueno ahora si desde que serian veinte dos años para acá o veinte para acá siempre ha sido rolar turnos, a veces puedes comer por el tipo de trabajo que desempeño a veces hay tiempo para comer a un ahora fija a veces no lo hay pero, este de, hay un horario fijo para comer pero a veces no lo podemos ejercer...cuando estoy en la planta hay un comedor nosotros lo tenemos por decir de once a doce la hora de la comida por decir, pero si tengo trabajo o hay trabajo urgente primero el trabajo se tiene que terminar por el tipo de trabajo que desempeño que es alimenticio, es jugos entonces... pues si o sea te digo si lo consumimos pero te digo a una hora diferente a lo establecido cuando estas en tú casa que sabes que alas once vas a comer o a las siete vas a desayunar a las nueve vas a cenar o equis cosa, aquí en tú pobre casa a veces hago hasta cuatro comidas si puedo no hay problema, pero también es malo, entonces haya entro a las seis, salimos a comer a las once si se puede o antes según como este el trabajo si no pues a veces me regreso a las seis a ese hora salimos a comer una torta a veces si...

Lenny

...atendemos a la gente directamente ahí somos dos personas las que estamos atendiendo el mostrador, tenemos que darle información a la gente de los tramites que se hacen dentro de la oficina y cuales son los pasos a seguir, o sea orientarlos para los pasos a seguir para poder llevar a cabo bien su tramite, su objetivo que ellos quieren que es el de registrar una escritura de la propiedad...y no hay días que la verdad me la paso bien tranquilo pero hay días que si lo que pasa es que el estar atendiendo a la gente es muy pesado y no toda la gente lo aguanta no pues ya dieciocho años de siempre estar en el mismo lugar si me gusta porque se te va el tiempo más rápido pero si te digo hay gente que te llega ya muy ofuscada, entonces tienes que buscar el modo de atenderla, de hacerle entrar en razón para que no se ponga más furiosa la gente no se enoje más entonces, pero...como te diré en la forma en que te están atacando tu sientes que te dan ganas de contestarle pero no lo puedes hacer te digo entonces todo eso se te queda y desgraciadamente a la gente que le sigue no te puedes desquitar con ella tienes que ser siempre bueno sobre todo a nosotros nos dijeron que hay que mostrarles una sonrisa...

Karina

... pues hay veces que me gustaría estar más en mi casa, que en el trabajo, sobre todo el domingo, porque son domingos completos que te pasas en el trabajo y que vamos te asomas a las ventanas y ves pasar a las familias o a este...a las personas y esta el sol bien bonito y cuando te toca descansar a ti, esta lloviendo, hace mucho aire o le toco trabajar a mi papá y ya no estamos todos juntos o de repente salgo y me llama mi mamá -sabes que te llamaron del trabajo y dicen que te regreses- y así como que ya llegue, ya me voy, entonces si es un poquito el frustrante no estar con tu familia los días que quieres... lo que pasa es que, me toca mi guardia normal el domingo se supone que tengo que salir el lunes a las siete de la mañana pero me habla mi compañera y me dice,-sabes que no llego..., no hay problema yo me quedo, si no hay problema-, ya como a las doce del día te habla la compañera de la tarde, -sabes que es que no voy a llegar,... bueno pero vienes en la noche, no si yo voy en la noche-, le hablo a mi mamá -sabes que me voy a quedar- -es que ya te quedaste-, es que no puedo dejar el servicio solo, entonces ya estas preparada para que a las diez de la noche dices me voy, ya estuve día y medio yo a las diez me voy, pues dan las diez y no llega tu relevo, dan las diez y media y no llega, dan las doce y dices pues a ver donde me voy a dormir porque no llego mi

compañera...tu ya estas mal dormida, mal comida, con el frío de la noche y también acá preocupada de que dices le toco guardia a mi papá y se quedaron mis dos viejitas solas y también es la tensión de que se quedan ellas solas y llegan mis compañeras y todavía tienen el descaro de llegar diez minutos después de la hora –que paso- y tu –ya me voy, luego nos vemos, adiós-, entonces si es el coraje que tengo y no falta cualquier cosita...
... pues estamos sentadas, por decir si es la jornada de ocho horas estamos sentadas, para comer no tenemos horario, no tenemos horario de comida y...hay un momento, por decir en la mañana de 7 a 9, si hay trabajo pero esta más tranquilo, pero lo que es de las 10 a las 2 de la tarde es continuo, continuo, continuo, en la tarde de las 3 a las siete esta tranquilo, pero de las 7 a las 10 es continuo, en la noche de 10 a 11:30 incluso todavía a las 12 es continuo, continuo y hay veces que a las 12 se terminan las salidas de los autobuses, hasta las 4 de la mañana, a las 4 de la mañana empieza otra vez la jornada, y es levantarte y empezar a checar a los conductores, de 4 a 7 de la mañana que es a la hora que tu sales y también de 4 a 7 es continuo el estarlos checando...

Análisis de Resultados

La gastritis es un padecimiento que se caracteriza por el daño a la mucosa que cubre el interior del estómago. El estómago es el receptor del alimento que llega a través del tubo digestivo y lleva a cabo los procesos digestivos que facilitan los nutrientes a todo el cuerpo.

El estómago es el receptor de todas las impresiones del exterior de aquello que hay que digerir, los padecimientos digestivos, del estómago propiamente, se relacionan con aquello que nos cuesta asumir, digerir, desechar, aquellas emociones que al no exteriorizar nos tragamos o bien exteriorizamos incontroladamente.

Para realizar el presente análisis y construir la ruta de la enfermedad nos apoyaremos en la Teoría de los Cinco Elementos que nos habla de la relación que se establece entre órgano-emoción y elementos de la naturaleza, la razón, la tesis que apoya esta investigación, “la enfermedad es más que la simple intromisión de una agente externo al cuerpo, es una construcción total del ser humano, en la cual intervienen las relaciones que este entable con todo lo que le rodea y de lo que forma parte”.

Al ser el objetivo de la presente investigación conocer una construcción diferente, pero no nueva de la enfermedad relacionaremos, basándonos en la teoría de los Cinco Elementos los órganos del cuerpo con las emociones que cada sujeto llega a experimentar a lo largo de su vida en sentimientos heredados, impuestos y asumidos.

Cada órgano del cuerpo viene a albergar una emoción particular y a su vez una relación con el macrocosmos, es decir, con la naturaleza y el universo. En esta relación se da una dominancia entre lo que interactúa (emoción- órganos-naturaleza) que permite el equilibrio y el flujo de energía dadora de vida,

permitiendo un desenvolvimiento armónico del sujeto, cuando éste equilibrio llega a romperse se desata un desajuste que viene a originar lo que llamamos occidentalmente “enfermedad” y que durante mucho tiempo ha sido su eliminación, el fin primero de las ciencias de la salud.

La Teoría de los Cinco Elementos no busca la eliminación de los síntomas, busca entender la enfermedad, escucharla, con el fin de recuperar el equilibrio que da al sujeto el fin tan buscado, la “salud”.

Antes de explicar de manera más profunda y detallada la Teoría de los cinco elementos, teoría en la cual nos apoyaremos para elaborar la ruta que sigue la construcción de la enfermedad que nos interesa, hablaremos de lo obtenido a través de entrevistas realizadas a nuestros participantes ya que su testimonio da sentido a esta investigación.

Las categorías las conformamos a partir de las constantes que pudimos observar a través de nuestro contacto con las personas que tienen este padecimiento. Las categorías exponen lo que los participantes relataron, y cobran sentido a partir de la premisa de que todo padecimiento es parte de una construcción social.

La primera categoría que conformamos es aquella que tiene su génesis en las relaciones que se establecen con los primeros contactos sociales de todo ser humano, sus padres, aquellas figuras que vienen a representar por lo general amor y protección.

A partir de esta categoría se desprendió “abandono paterno”.

El abandono paterno según nuestros participantes es la ausencia física total o el desapego emocional del padre dando como resultado una relación distante, generando sentimientos de coraje y resentimiento en el hijo como la pudimos notar en las entrevistas 1,2,4,5,6,8,9,10,11,12,15,17,18 y 19 “...La relación con mi papá,

muy separados con mi papá una relación buena nunca hemos tenido... como que de una comunicación con mi papá no, de que siéntate a platicar con nosotros no, lo intentábamos antes, de platicar porque nos decía porque no platican conmigo y por eso hacen lo que hacen y no se que y nos poníamos luego a platicar con él y lo único que hacia era regañarnos, regañarnos gritarnos, entonces optamos por, por llevar una relación bien con mi papá, mi papá en su vida y nosotros en nuestra vida... cuando yo estaba chiquita yo creo tenia como unos siete años llego bien tomado a gritar y nos encerró en el baño a mis hermanas y a mí...mucho desesperación y fíjate que hasta ahorita y que dios me perdone pero ahorita como que yo le tengo rencor a mi papá de todo eso...” (Entrevista 12)

“...lo conozco pero pues se fue cuando nosotros teníamos, bueno cuando yo tenía mmm...como cuatro años o cinco... papá siempre renegaba de que éramos muchos, de que había muchos gastos, de que mi mamá nada más quería trabajar, entonces cuando peleaban ellos o sea nosotros siempre peleábamos y decíamos es nuestra culpa o sea porque nacimos nosotros, porque estamos aquí, la situación luego esta muy difícil y tener muchos hijos pues si, y luego pagar renta y todo entonces yo creo papá más que nada...o se aburrió o no pudo con la carga o no se...”(Entrevista 10).

En cuanto a la relación establecida entre la madre e hijo encontramos “abandono materno” definido como la ausencia física por periodos de tiempo por parte de la madre, reportado en las entrevistas 2, 3, 9,11, 12, 14, 17,19 y 20. “...mi mamá si trabajaba, nos dejaba encerrados eso si lo recuerdo mucho, toda la vida nos ha dejado encerrados o sea desde que yo tengo uso de razón nos dejaba encerrados a cargo de una tía pero o sea la tía no nos cuidaba mamá nos dejaba la comida y ella...nosotros...bueno los grandes nos daban de comer a nosotros los chicos, pero nos dejaban encerrados” (Entrevista 10).

Observamos la categoría “madre rígida” siendo esta aquella madre estricta que impone reglas, límites y obligaciones en cuanto a la conducta y educación de sus hijos en un deber ser causando desapego emocional hacia ella, esto lo observamos en las Entrevistas 1, 5, 8, 9,10, 13, 16, 17, 18 y 19 “...ya no estaba yo tan chiquita creo que iba yo a lo mejor, creo que iba yo en la secundaria me mandó mi mamá, no recuerdo que me mandó a hacer yo había llegado de la escuela y venia acalorada, cansada y yo llegue tome agua y, no recuerdo que me mandó mi mamá yo nada más le dije asssh, y en ese momento que yo le dije ay, no se si mí mamá estaba enojada también o no se pero mí mamá estaba guisando agarró la cuchara y me pego con la cuchara, nada

más porque le dije asssh porque no podíamos contestarles era una falta de respeto según ellos y solo de esa ocasión me acuerdo que mi mamá me pego...coraje...hacia ella, pues porque yo venia cansada y coraje porque yo dije a poco nada más porque dije asssh era motivo para que me hubiera soltado un cucharazo todavía me hubiera regañado pero que me, luego, luego el golpe no más por decir asshh, yo digo que le exagero no..." (Entrevista 16)

Otra categoría de importancia es aquella que habla del tipo de educación impartida por parte de los padres en la mayoría de nuestros entrevistados esta educación se caracteriza por ser estricta en función de las exigencias de ciertas conductas que se esperaba los hijos cubrieran, esto se noto en las Entrevistas 1, 3, 4, 5, 6, 9,11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 y 19 "...a veces que...mucha responsabilidad porque...como que yo antes hacia algo y, ay porque haces eso tus hermanas van a querer hacer lo mismo... por ejemplo en la escuela, siempre he ido bien en la escuela, y siempre dicen ay este...deberían estudiar como su hermana y cosas así que dices pues ahí si lo hice bien pues ahí si que me sigan, pero cosas así que yo hacia mal y este...ahora tus hermanas lo van a hacer por tu culpa y dices ay soy la hermana mayor o cualquier cosa así, que ellos salían y cuidas bien la casa, o sea tu todo cuida, cuida has esto bien, tus hermanitas velas, cosas así que ahh una responsabilidad que no va... siento que hubo un tiempo como yo era la que apenas entro a la escuela me exigían demasiado y era así de tienes que sacar buenas calificaciones, todo bien... yo decía no es que ya no puedo es todo lo que doy y ya no puedo dar más, pero me exigían demasiado y hubo un tiempo en que como que ya me acostumbre yo si se que puedo dar más y ya era costumbre ya hasta lo hacia por mi propia voluntad..." (Entrevista 6).

El como suelen afrontar sus emociones fue otro tópico de importancia, siendo una constante en los entrevistados la incapacidad para expresarle a los demás sus emociones optando por quedarse con esos sentimientos y no expresarlo o bien expresarlo de manera incontrolada. Entrevistas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19 "...siempre me he guardado mis corajes soy una persona que, que, que no los saca a flote, no los dice siempre me los guardo, y me los guardo y o sea no, no los saco...no se como que soy muy arrebatado o sea a mí no me pueden decir algo porque luego, luego reacciono mal pero trato mejor de, de medir las cosas y es cuando agarro y digo no, mejor me quedo callado y me guardo las cosas..." (Entrevista 9).

La duración entre comidas caracterizada por periodos largos de no ingesta de alimentos fue otra constante en nuestros entrevistados 3, 4, 6, 7, 11, 12, 13, y

15 “...-actualmente cuantas veces al día comes- ahorita dos a veces una ...porque bueno cuando estaba antes en la mañana no me daba tiempo de comer había veces que saliendo de la escuela pues nos íbamos a vagar y entonces ya tampoco comía en la tarde y pues era de llegar a mi casa a comer como a las siete o a las ocho o cuando llegaba temprano era comer como a las cuatro y luego la cena... como no me da hambre así tan seguido me da hambre en la tarde que es cuando no puedo comer y entonces ya llego a mi casa a cenar -que haces cuando te da hambre -me la aguanto...” (entrevista 3), siendo el tipo de empleo que desempeñan la causa de estos largos periodos sin comer Entrevistas 6, 7, 11, 12, 15“...pues estamos sentadas, por decir si es la jornada de ocho horas estamos sentadas, para comer no tenemos horario, no tenemos horario de comida y...hay un momento, por decir en la mañana de 7 a 9, si hay trabajo pero esta más tranquilo, pero lo que es de las 10 a las 2 de la tarde es continuo, continuo...” (Entrevista 11).

En algunos participantes las actividades estresantes fueron otra característica compartida , entrevistas 9, 10, 14, 16, 17 y 18 “...que tan frecuente es el estrés en tú vida - del diario...porque tengo una responsabilidad muy grande en mi trabajo este tengo que, repartirle trabajo a todos los trabajadores de la empresa y este y pues ora si los, los ingenieros a mí me avisan que días salen las unidades y se las tengo que sacar ese día por eso , todo el día ando presionado incluso hasta en horas de comida ora si este incluso en tú pobre casa llego y luego le digo a mi esposa hijo no salio el trabajo o me falto esto esta pendiente esto, o sea todo el día ando presionado...” (Entrevista 9)

Los alimentos consumidos con mayor frecuencia son los alimentos chatarra y las carnes rojas, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 1, 12, 13, 14, 15, 16 y 18 “...picante, el cafecito, entonces este si lo hubiéramos tratado de evitar no nos hubiera dado ninguna enfermedad pero como a todos nos gusta mucho bueno a nosotros nos gusta el picante, el café, el refresco... o sea la comida que sea siento que no sabe igual si no le pongo picante...” (Entrevista 7) “...pues en carne, si era más carne que verduras, carne pasta sopas, aja... mmm bueno aunque no hagan la comida picosa siempre hay chiles en vinagre salsa valentina...” (Entrevista 4)

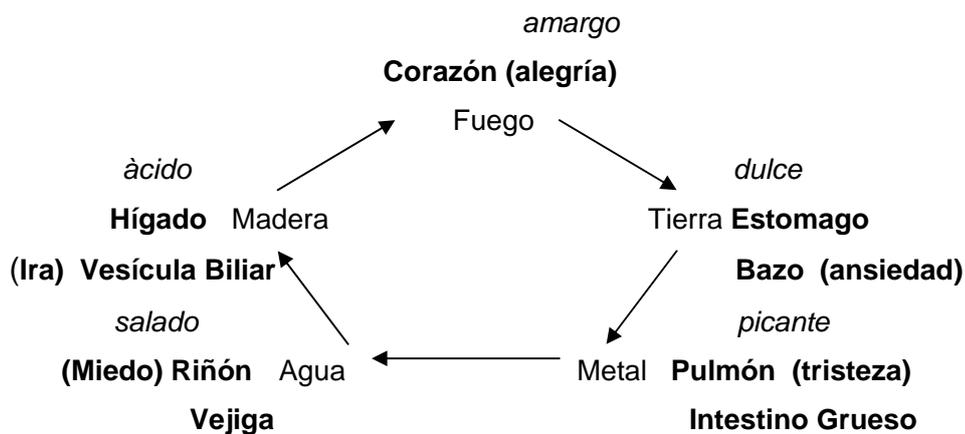
En cuanto a los medicamentos de mayor consumo en nuestros entrevistados encontramos aquellos que contienen ácido acetilsalicílico y el motivo por el cual lo consumen las enfermedades respiratorias que padecieron 2, 3, 4, 5, 9, 11, 13, 14,

16, 17 y 18 “...fueron estaphylococcus , es la enfermedad que más le ha atacado a esta niña porque seguido se me enfermaba cada mes cada dos meses, en la clínica del IMSS lo único que le daban era penicilina pero como la llevaba muy seguido me comentaban que la penicilina baja las defensas y pues no veía yo mucho alivio en ella entonces decidí mejor llevarla con otros médicos la empecé a tratar con homeopatía... Pues ya después con otros médicos, porque con medicina de patente solamente me dijeron que lo que le controlaba esa enfermedad era la dicloxacilina...” (Entrevista 4)

El tratamiento más común en las personas con gastritis es la ranitidina y la duración del tratamiento corta ya que lo consumen solo para calmar las molestias, entrevistas 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 “...mi tratamiento se compone de ranitidina, este me daban creo que ahorita ya no me dan gel entonces ranitidina... la ranitidina me dijeron a largo plazo es dañina pero yo no me la tomo diario por decir algo me la tomo por decir si yo me siento mal de, de porque comí me sobre pase de comer picante o algo pues me tomo uno pues como se que con eso...el dolor se me va a mitigar, el ardor y este a veces, a veces si no me sobrepaso en mi dieta no es necesario que la tome me siento muy bien, hago todo, o sea toda mi vida normal...” (Entrevista 18).

Por último tenemos la forma como enfrentan la enfermedad, entrevistas 2, 3, 4, 5, 6, 13, 14,15, 16 y 18 “...yo siento que en el fondo lo tenía o sea yo desde que le dije a mi mamá de seguro voy a tener gastritis y hasta como que hubo un tiempo en que esa enfermedad estuvo como hasta de moda hasta decían mis compañeros te enfermaste a propósito y yo ay si ahorita y este...era así como este...como los dolores eran desde hace un año pues ya era así como que normal y yo decía pues si o sea como que yo sabía que tenía gastritis pero no estaba segura ya cuando me dijeron tienes gastritis ah si ya...y ya ...si te digo que ya desde ahí me acostumbre a vivir con este dolorcito, te digo desde siempre...” (Entrevista 6).

Una vez que nos hemos ocupado de las categorías que armamos a partir del relato de los participantes y que permiten apoyar la idea, que la enfermedad es una construcción social, apoyándonos en la teoría de los Cinco Elementos que habla de la relación entre los órganos, las emociones y los elementos de la naturaleza como lo muestra el siguiente esquema:



armaremos la ruta de construcción de la enfermedad que nos ocupa, para poder llevar a cabo nuestro objetivo ubicaremos nuestro punto de partida en el elemento fuego, al ser el sol quien da luz a la vida proporcionándole calor y al ser humano la energía para conocer, y en la infancia primera etapa en la vida de todo ser humano.

El fuego se alberga en el corazón, órgano que proporciona energía vital al cuerpo al bombear la sangre que circulara a través de este, el corazón a su vez es la primera vía de acceso al conocimiento, de niños pensamos con el corazón elegimos con él, conforme crecemos nos volvemos razón. El corazón proporciona la energía para aprender, la alegría para vivir, para acceder al conocimiento y una vez que se posee este conocimiento es asimilado a través del intestino delgado que se encuentra acoplado a la energía del corazón que así como cumple la función orgánica de asimilar los nutrientes del alimento al cuerpo, asimila lo aprendido y permite al sujeto elegir.

Ahora bien la infancia es el periodo en el cual el niño conoce el mundo a través de su cuerpo a través de su corazón, es una época por lo general, de dependencia total hacia los padres, en nuestros entrevistados notamos que esta etapa se ve caracterizada por el abandono de ellos, por la ausencia física o emocional de la figura paterna causando carencias económicas y afectivas, siendo la madre la encargada de solventar los gastos familiares o quien se dedica a la educación de los hijos. Estas condiciones originan en los niños una falta de apoyo al sentirse

solos esta soledad causa en ellos un retraimiento al no poder asimilar el abandono que experimentan (intestino delgado), al no poder comprender por qué su vida es diferente a la de otros niños, ya que cuando por lo general los niños de su edad juegan, ellos tienen que realizar tareas del hogar para apoyar a sus madres que trabajan para solventar los gastos, o bien tienen que cuidar a sus hermanos menores, la “no elección” de lo que desean realizar los lleva a una pérdida paulatina de la alegría (corazón) que por lo general caracteriza esta etapa, siendo la introversión, la timidez y el contacto social escaso la característica general de estos niños.

Posteriormente, durante la adolescencia se volverán chicos impacientes y precipitados en la toma de decisiones y violentos o retraídos al expresar lo que sienten.

Al perder la alegría por vivir la relaciones que se establecen con el otro son superficiales y basadas en el interés de usar y obtener una ganancia. El elemento fuego que proporciona la alegría y el gusto por aprender pasa debilitado a la Tierra cuya carencia en la ciudad de México es evidente, aunado al poco contacto que tienen con ella al preferir medios de transporte como el automóvil en lugar de caminar, aun cuando las distancias que han de desplazarse sean cortas. La pérdida del gusto por aprender se hace evidente con los índices altos de deserción escolar, analfabetización o conformismo profesional.

Una vez que la energía que llega al corazón se ve debilitada al no tener el niño la oportunidad de elegir, la energía que pasa al bazo que acopla la energía del estómago se ve también debilitada, el bazo al mantener la sangre dentro de las arterias y venas incorpora la información del exterior en la mente dotando al ser humano de recuerdo y experiencia, permitiéndole ser receptivo ante nuevos pensamientos ideas y costumbres, a su vez el estómago asimila y expulsa lo no asimilable, lo que no le sirve al cuerpo, a la mente, relacionándose con el elemento Tierra al ser material lo que se asimila (alimento), a su vez la Tierra al ser quien alberga todo lo vivo y da la vida se relaciona con la figura materna, de

ahí la importancia que juega la figura materna en estas personas, las madres de estos niños al tener que dedicarse por completo a su educación serán sobre protectoras o demasiado exigentes hacia las conductas de éstos generando en ellos ansiedad al no poder elegir lo que desean hacer, generando un desequilibrio en la energía que provee a estos órganos, esta ansiedad se volcará a la larga en obsesión y preocupación, que se verá reflejada en el comportamiento que adoptarán posteriormente (principalmente en la adolescencia) ya sea en obsesión marcada hacia su imagen al no querer engordar dejando de consumir alimento como lo pudimos notar en dos de nuestras entrevistadas quienes padecieron durante la adolescencia desórdenes alimenticios, o bien dedicándose a trabajos absorbentes que ocuparán la mayor parte de su tiempo dejándoles pocos momentos para pensar y reflexionar, por ejemplo las amas de casa serán exigentes en cuanto a la limpieza de su hogar.

A su vez las personas tendrán poca capacidad para tomar aquel conocimiento del exterior que les permitirá crecer y empiezan a incorporar la rigidez de su madre al no aceptar opiniones que sean diferentes a las suyas convirtiéndose en personas intransigentes y caprichosas, la ansiedad será también el resultado de la inseguridad que les genera el sentirse solos y poco comprendidos con sus ideas y sentimientos. La alimentación juega un papel importante en esta parte ya que se vera compuesta de carnes rojas que dificultaran los procesos digestivos al ser más difícil su asimilación necesitando mas energía de la que provee el corazón para poder ser llevada a cabo, la falta de consumo de vegetales y granos contribuirá a la escasez de hierro en la sangre lo que facilitará la aparición de anemia en algunos de los participantes siendo presente el metal solo en las estructuras que conforman las estructuras de los edificios donde laboran y de las casas que habitan.

Los alimentos de mayor preferencia serán los dulces ante la demanda de afecto no recibido durante la infancia (corazón – alegría) y los picantes ante la tristeza que esto origina (pulmón- tristeza). En cuanto al elemento Tierra la madre rígida y

sobre protectora aplasta, absorbe generando desequilibrio con este elemento pero también el contacto escaso con él provoca dicho desequilibrio ya que todos nuestros entrevistados habitan zonas urbanas, en donde algunos de ellos viven en edificios, siendo el pavimento lo que pisan y en donde se desplazan, además de que su sedentarismo contribuirá al poco contacto que tendrán sus pies con la tierra.

La energía que paso del corazón al estómago ya debilitada, aumenta el desequilibrio ante la ansiedad que genera la no elección y al no poder exteriorizarlo, se va hacia el estómago quien es el receptor de todo lo que ocurre en el exterior quien tendrá que digerir, sin poder en muchos casos y asimilar lo que pasa.

La gastritis tendrá sus inicios en esta etapa en la infancia, aunque no se manifieste sino hasta la adolescencia, la ansiedad de la cual ya se hablo es ocasionada por la educación restrictiva a la cual es sometido el niño, educación que será aplicada por la madre ya que ella estará a cargo de este. Es importante recalcar el papel que juega la madre en el desarrollo de la enfermedad ya que es ella quien está encargada del cuidado de sus hijos.

La energía viajara ahora al elemento metal que se relaciona con los pulmones y acopla la energía del intestino grueso. Los pulmones a la vez establecen el contacto con el exterior con el otro. Al poseer contactos sociales escasos y una perdida de la alegría, la tristeza es el resultante y la característica predominante en las personas que padecen gastritis, a su vez esta tristeza se manifiesta en el cuerpo por medio de enfermedades respiratorias siendo amigdalitis y bronquitis las más frecuentes, producto también de los índices elevados de metales tóxicos prevalecientes en la atmósfera, indicando un desequilibrio con este elemento.

Es importante mencionar el contexto social que envuelve a la sociedad mexicana la cual al estar desprovista de identidad, producto del sincretismo de razas y culturas, se caracteriza por esta tristeza y melancolía lo cual puede ser observada en su música, su cultura, su comida , costumbres y estilos de vida, siendo el momento histórico concordante con estas emociones presentes en los entrevistados.

Por otra parte al no poder deshacerse de lo añejo (intestino grueso) albergarán resentimientos hacia los padres debido a su abandono originando personas insatisfechas y frustradas ya que al preocuparse por satisfacer las demandas y expectativas sociales y familiares olvidaron sus propios deseos, por lo general las personas con gastritis serán personas preocupadas más por los demás que por si mismos.

Las relaciones que se establecerán serán entonces superficiales, ante la necesidad de afecto, surge la necesidad de poseer lo material, de aquello que puede ser dominado y comprado, el poco contacto del cuerpo con el elemento metal como ya se menciono, se marca en la alimentación que llevan los entrevistados, dándole prioridad al metal a nivel externo (aspectos monetarios) y olvidando su importancia a nivel interno (alimentación). Por lo general las personas que padecen gastritis dan suma importancia al aspecto monetario por lo que el tipo de trabajo que desempeñan va orientado a satisfacer una necesidad económica, más que una necesidad de crecimiento personal. El modelo que sustenta la economía del país al basarse en el capitalismo y consumismo genera un valor mayor al aspecto monetario, siendo de prioridad poseer dinero para sobrevivir ante una realidad en que la pobreza no es la carencia de un bien emocional y personal si no material.

La energía del pulmón pasara ahora al riñón (agua) que al llegar debilitada provocara miedo. En nuestros participantes la educación restrictiva a la cual son sometidos les quita la oportunidad de elegir y satisfacer sus propios deseos originando en ellos este miedo, pierden así el valor de elección sobre lo que desean hacer con su vida, con sus emociones tragándose lo que sienten, no expresándolo, por miedo a hacer los problemas más grandes. La perdida del contacto con el elemento agua es también notable ya que al preferir alimentos dulces ante la demanda de afecto se inclinan por bebidas dulces como el refresco que viene a suplir el agua, el contacto con éste elemento será superficial ya que las personas con gastritis se caracterizan por tener excesivo cuidado en la

limpieza, ocuparán el agua como un recurso para limpiar su entorno en lugar de limpiar su cuerpo.

Por ultimo la energía llega al hígado (madera) siendo la vesícula biliar el órgano que se acopla al hígado. Al llegar la energía produce sentimientos de ira y agresividad contenida hacia los padres principalmente hacia la madre sobre protectora y rígida, quitándole a la vez la asertividad y la facilidad para tomar decisiones dejándose llevar por arranques de ira cuando tienen que tomarlas. El no contacto con la madera, con los árboles contribuye a este desequilibrio ya que como se menciono anteriormente los participantes viven en zonas urbanas donde elementos como la madera y tierra son escasos, al perder contacto con este elemento se carece de entereza y valor, así como estabilidad emocional. Los contactos sociales que establecen serán superficiales, se caracterizarán por ser de carácter voluble, son fríos y rígidos o bien explosivos y extrovertidos, en sus relaciones interpersonales, fuertes en apariencia pero al carecer de estabilidad son frágiles son derribados con facilidad.

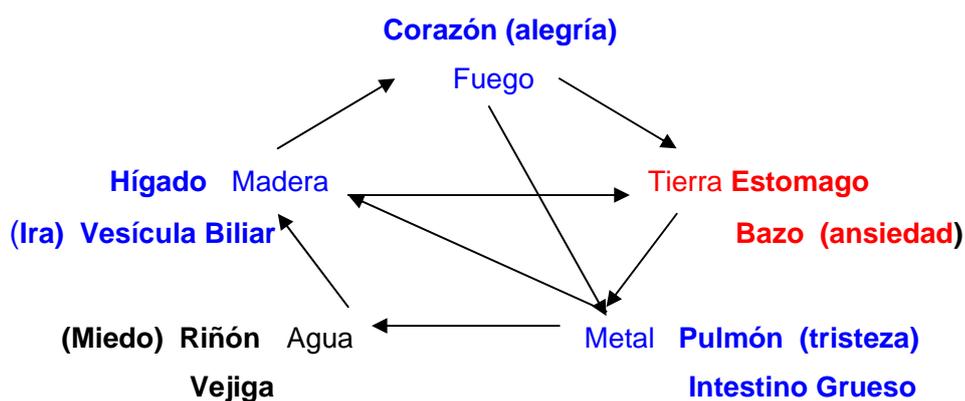
La energía que viaja a los órganos al no tener un equilibrio provoca desajustes que originan la enfermedad si bien es un flujo continuo de energía debe de haber una dominancia entre esta energía para que haya lo suficiente en cada órgano y las emociones sean equilibradas, en el caso de la gastritis la triangulación es de la siguiente manera, el corazón alberga el fuego, la alegría, al no existir las condiciones familiares que permitan al niño sentirse protegido por los padres y satisfecho con lo que sucede a su alrededor en cuanto a la elección de lo que desea hacer, la energía se desequilibra en este primer trayecto, dejando que el siguiente órgano que sigue la triangulación sea el que predomine (pulmón - metal) por lo que la infancia de estos niños y posteriormente la adolescencia, en lugar de ser alegre y llena de oportunidades para aprender lo que desean y elegir, se vera llena de tristeza, de opresión y de chicos insatisfechos con lo que tienen, retraídos y tímidos.

En su trayecto esta energía pasar ahora al elemento madera quien dominara al metal al convertir la tristeza en una ira contenida ya que si bien en la infancia o en las primeras etapas de la adolescencia el chico se mostraba temeroso y triste ante lo que ocurría a su alrededor, conforme va creciendo va convirtiendo esa tristeza en coraje hacia lo que no puede cambiar, hacia lo que pudo ser y no fue, hacia el tipo de educación que lo privo de tantas cosas, hacia el desapego de su padre y sobre todo hacia esa madre que nunca le permitió aprender a través de su corazón, a través de lo que sentía, deseaba y creía, y que tuvo que aprender a través de ella lo que le tocaba aprender.

La ira contenida hacia todo esto es descarga hacia el órgano que sigue, el estómago quien es el receptor del exterior el encargado de procesar lo que llega a él y retener lo que le beneficia y expulsar lo que le daña y no le permite crecer. Siendo el elemento Tierra (madre) con quien debe reconciliarse y equilibrar para poder dejar que la energía siga su trayecto.

La ansiedad crecerá y hará que las personas se vuelvan nerviosas, obsesivas en las formas de aprender de vivir y de relacionarse con los demás.

Al descargarse la ira en el estómago se estanca la energía y al no poder continuar su trayecto empieza a dañarlo, originando así la gastritis.



Reflexión.

La observación compartida, metodología que nos permitió obtener la información para armar la ruta de construcción de la enfermedad, no solo nos dio el conocimiento necesario para la construcción de ésta a partir de lo encontrado en las entrevistas, nos permitió también el contacto con la historia de vida de cada persona, con sus temores, sus alegrías y los procesos que a lo largo de su existencia han dado gestación a la enfermedad.

Pude comprender, desde un enfoque avocado a la totalidad del ser humano, como las enfermedades no se reducen a lo orgánico. La gastritis tiene una interpretación nosológica a partir de la cual se trata de encontrar la cura, a través de medicamentos que químicamente modifiquen la producción de jugos gástricos, de anti espasmódicos que alivien el dolor, dietas que intentarán modificar el estilo de alimentación, si bien esto ayuda, el tratamiento da una solución a corto plazo y en pocos casos se llega a comprender la importancia de cambiar los hábitos de alimentación ya que se sigue viendo al cuerpo fragmentado, lo impactante es la inmunidad que el cuerpo llega a manifestar ante estas curas, cuando por ejemplo los medicamentos son frecuentes o bien el uso excesivo o recurrente de ellos llega a dañar otros órganos del cuerpo.

La utilidad de conocer la historia de vida de las personas con gastritis radica en la posibilidad de encontrar, partiendo de lo particular a lo general, las bases para afirmar que la gastritis y cualquier enfermedad, se gesta a lo largo de la vida de una persona y que el síntoma o daño orgánico es el resultado final de todo este proceso, que es aquello que nos indica que algo en nuestras vidas, una actitud, una emoción, las relaciones o no relaciones con los demás, nos están impidiendo crecer.

Al tener contacto con los 20 participantes y al ser parte de su relato, se pudo conocer como vivieron su infancia, adolescencia, las emociones que predominaron

en ellos, como interactúan con el entorno, el lugar donde viven y el contacto que establecen con la naturaleza, con el Universo. Partiendo de lo observado y de su relato se pudo encontrar similitudes entre los participantes en el tipo de educación recibida, la relación con los padres, el tipo de alimentación preferida, la actitud que toman hacia la vida, hacia sí mismos, y como viven su cuerpo, si saben escucharlo o no. Estas semejanzas nos permitieron realizar las categorías y posteriormente el armado de la ruta que sigue la enfermedad, para así poder darle un nuevo significado al padecimiento en donde no solo la clasificación médica o nosológica sea el punto de partida para encontrar sanación en los pacientes, sino un trabajo integral en donde las emociones, las relaciones con el entorno y la afección orgánica tenga la misma importancia y la intervención vaya a la par en cada una de ellas.

La epistemología que se propone es en la que ha basado sus investigaciones López Ramos, la cual concibe al padecimiento como una construcción total del ser humano que se refleja no solo a nivel orgánico sino a nivel total, producto del desequilibrio en la energía que fluye en el cuerpo, ya que al romperse toda relación con el entorno (la naturaleza), la energía se estanca, afectando a un órgano en especial, al estar relacionado este órgano con una emoción esta se acentúa, siendo la actitud con que afronte cada suceso de su vida y el tipo de relaciones que establezca con el otro el reflejo de dicha emoción.

Esta es la propuesta de la investigación que a través de los veinte relatos de vida se pudo cimentar, esperando pueda dotar de herramientas nuevas a la profesión, a nivel personal pude identificarme con cada participante y al escuchar su relato revalorar como afronto cada suceso en mi vida, mis emociones y la relación que tengo con mi pasado para poder redefinir mi presente.

CAPÍTULO IV. Conclusiones

Conclusiones.

Durante mucho tiempo el objetivo de las ciencias de la salud ha sido el buscar el bienestar de las personas a través de la eliminación de la enfermedad, sin embargo tanto la psicología como la medicina se han quedado en el camino ante la imposibilidad, en muchos casos, de combatir las enfermedades aplacando los síntomas, ya que si bien la medicina con toda la especialización de la que ha sido objeto y con todos los medicamentos que cuenta, cada uno con un fin particular, logra aplacar el síntoma por un periodo de tiempo, las enfermedades hoy en día se han vuelto recurrentes y crónicas, necesitando más que una pastilla para quedar resueltas.

Y que decir de la psicología que aún teniendo herramientas teóricas y metodología para apoyar a los pacientes en sus problemáticas, al limitarse a las emociones se olvida que una simple depresión no se combate ayudando a la persona a conocer todas las causas por las que tiene que vivir o dándole un antidepresivo, tiene que ocuparse de su historia de su cuerpo y de todo aquello que conforma a un ser humano y que va más allá de lo médico si es que solo se ocupa del cuerpo y de la psicología si es que solo se ocupa de la emoción.

Yo creo en otra alternativa y ¿por qué la creo?, porque la conozco y la he vivido, aun no de la manera que me gustaría vivirla, pero que me ha permitido conocer un poco de más de las enfermedades, que no se limitan a síntomas médicos, y no solo desde el enfoque psicológico ortodoxo, sino escuchándolas, entendiendo que son la manera en que el cuerpo y las emociones se manifiestan para ser escuchadas y que ofrecen una oportunidad para crecer, que lo psicológico y lo médico no son carreras diferentes que ambas se complementan y permiten juntas, apoyar a todos los pacientes que vienen a buscar no solo una solución a corto plazo sino la oportunidad de resolver lo añejo que no les permite crecer y hacerse responsables de sus propios procesos y así tener una mejor calidad de vida.

La salud hoy en día debe de contemplar un bienestar completo, pero no apoyado en ciencias diferentes, delimitadas y que trabajen por separado sino de un trabajo en conjunto que permita al sujeto ser responsable de sus problemáticas de lo que le sucede y en base a esto crecer y construir nuevas rutas de aprendizaje, de convivencia y de bienestar.

El conocimiento que adquiere un psicólogo en las aulas de la universidad se ve rebasado por la realidad que exige no solo saber las causas que originan un padecimiento particular sino darle la mejor solución comprendiendo que no es óptimo estereotipar a la gente y que cada padecimiento responde a características particulares que merecen ser escuchadas, comprendidas y empleadas para buscar la solución de cada persona.

Para poder comprender hay que vivir, para poder creer hay que conocer, el resultado de esta tesis no solo responde a la demanda de la sociedad de encontrar respuestas que nos han negado las teorías psicológicas aprendidas durante la carrera o las consultas en el médico, responde también a un interés particular de comprender porque los padecimientos orgánicos se relacionan con las emociones y viceversa, y porque en el caso del tópico de esta tesis, la gastritis no es solo el resultado de una mala alimentación como mucha gente lo podría pensar, y que si bien los síntomas que padece la gente corresponden en muchos casos a las causas médicas hoy en día el padecimiento se ha vuelto crónico y aparece en edades cada vez más tempranas y que aun a pesar de tantos medicamentos y ante lo recurrente de esta enfermedad muchos especialistas se han atrevido a afirmar que una de las causas son las emociones que experimenta la gente.

Ahora bien para aterrizar la razón por la cual esta tesis para obtener un título en psicología se basa en la gastritis, explicaré lo siguiente; la gastritis como muchos padecimientos son considerados en su mayoría orgánicos nadie ha conocido hasta ahora alguien que vaya al psicólogo por una gastritis, eso seria cierto en el

entendido de la fragmentación, es decir que uno buscara eliminar el síntoma para considerar que tiene salud, la salud va más allá de no tener molestias físicas, la salud es el resultado de una construcción personal que permita responsabilizarme de lo que me sucede y comprender porque lo que me aqueja físicamente tiene que ver con mi historia familiar, con el manejo de mis emociones y con todas aquellos sucesos que me hacen ser la persona que soy.

La gastritis bajo el perfil médico es la inflamación de la mucosa que cubre el interior del estómago entre las causas que dan origen a este padecimiento se encuentran el consumo de medicamentos, de alimentos muy calientes o irritantes, de alcohol o tabaco, o por infecciones de la bacteria *helicobacter pylori*, por mencionar algunos, ahora bien para que se de la gastritis deben de conjugarse las causas ya que la alimentación, por ejemplo, por si sola no ocasiona la gastritis.

Varios de los pacientes con este padecimiento y que entrevistamos, achacaron la enfermedad a la alimentación y solo en algunos casos esto se conjuga con el consumo de tabaco y alcohol, y ¿qué pasa con los demás?, que pasa con los adolescentes que solo pueden explicar su enfermedad por no comer a sus horas o con los adultos que al tener trabajos muy demandantes se mal pasan y no comen adecuadamente, hubo quienes mencionaron consumir ácido acetilsalicílico o medicamentos esto a razón de enfermedades respiratorias principalmente durante la infancia, siendo esto concordante con la triangulación de la que hablamos en el análisis de resultados y que tiene que ver con la tristeza y desequilibrio con el órgano pulmón durante esta etapa y que desencadenó este tipo de enfermedades. Ahora bien las causas médicas si bien se hicieron latentes en nuestros entrevistados no terminan por atribuirse por completo a la enfermedad, dando cabida a nuestra interpretación y construcción del padecimiento.

Con esto hago referencia a que si bien la gastritis pudo manifestarse por una mala alimentación o por el consumo de irritantes para la mucosa, la enfermedad puede ser comprendida también a través de la historia de cada entrevistado y que

sin considerarlo coincidencia se relacionaron entre ellas, cada historia que partió de lo particular se conjugo con las demás y nos permitió en lo general crear una ruta de construcción de la gastritis que va más allá de las causa médicas, que nos permite entender que la enfermedad se construyo desde antes de que se manifestara y que responde a ciertas exigencias en cuanto a educación, a un momento histórico particular, a la figura imponente de una madre (tierra) y que el conocer esta construcción permite tener una alternativa nueva para obtener el bienestar de la persona que consistirá no solo en saber el porque se tiene gastritis, sino el actuar en base a eso para en adelante construir nuevos hábitos, nuevas formas de interactuar de reconciliarse con el pasado para obtener un equilibrio en la energía que nutre nuestro cuerpo y a un modo muy particular y completo tener salud.

Muchos médicos hoy en día consideran que la gastritis puede ser también originada por el estilo de vida, como ya se menciona, por el estrés en el que se ve envuelta la gente o bien por como se manejan las emociones dejándolo hasta ahí en una atribución más hacia lo que no les compete trabajar, y muchos psicólogos ni siquiera consideran que al tener enfrente a un paciente impulsivo, con problemas hacia los padres, frustrado e insatisfecho con su vida o bien melancólico, nervioso, retraído o depresivo padece gastritis y tiene que trabajar no solo con estas emociones sino con su cuerpo y con lo que le rodea.

Y cada uno trabaja por separado con lo que le toca trabajar y se enfrenta a que el paciente no resuelve sus demandas, el médico por más medicamentos o dietas que le de no logra aliviar su malestar gástrico, o lo hace por periodos pero dañando su riñón o hígado por tanto medicamento y el psicólogo por más que intenta trabajar con sus emociones no logra que el paciente que nivel cognitivo sabe lo que siente y porque, lo resuelva y saque el coraje que siente dentro o la ansiedad que le invade, sabe porque siente lo que siente y hacia quien pero ¿como deja de sentirlo?, ¿como le hace para salir del hoyo cuando sabe que tiene mil motivos para salir pero no encuentra en su cuerpo la fuerza para hacerlo?.

Ante estas interrogantes nos encontramos en la practica diaria y ante un fracaso inminente por considerar al ser humano un ser fragmentado porque al ser psicólogos creemos que nuestra labor se reduce en escuchar y guiar al paciente sin conocerle en profundidad y sin ofrecerle una alternativa real, palpable que le ayude no solo a tener “pensamientos positivos” “conductas funcionales” sino a tener una mejor calidad de vida.

Con este conocimiento y bajo el enfoque de que cada padecimiento o enfermedad es una construcción social y que tiene que ver en su construcción el momento histórico que vive el sujeto, sus relaciones con los demás, su educación, su historia familiar, y que al ser un ser vivo es parte del todo, del macrocosmos, de la naturaleza, del universo, y se relaciona con ella en una relación de interacción y cooperación, espero la presente investigación contribuya a tener un conocimiento amplio del labor de un psicólogo, y le permita a egresados como yo dar una respuesta a las demandas de los pacientes, una respuesta real, que les permita confiar nuevamente en nosotros, conociendo primero sus propios procesos de enfermedad, porque para poder ayudar hay que conocer y conocernos.

La presente investigación cubrió el objetivo de concebir a la enfermedad como una construcción social, quedando establecido a través de las categorías formadas y la ruta de construcción que sigue la enfermedad, al partir de lo particular de cada relato a lo general, relacionando aprendizajes, emociones, relaciones con el otro, relación con el entorno y no solo las causas que la nosología establece. Esta construcción permite identificar los diferentes sucesos que llevan a gestar la enfermedad, no buscando una super especialización sino un trabajo en conjunto, donde la fragmentación ya no sea empleada para buscar la sanacion de un ser humano en partes.

Otro objetivo que se pudo cubrir es que la gastritis al ser parte de una construcción social y al ser contemplada bajo un enfoque de totalidad no de fragmentación, permite afirmar que es un padecimiento psicosomático y que toda enfermedad lo

es, ya que en todas intervienen emociones, contactos sociales, estilo de vida, educación, alimentación, así como quedo definido en la ruta de construcción de la enfermedad.

El ser humano es un ser total, por lo que sería absurdo creer que cuando enferma solo enferma a nivel orgánico, cuando lo encontrado en esta tesis indica que pierde el equilibrio energético todo el cuerpo.

Lo anterior concuerda con lo establecido por Quezada (2002) quien relaciona las emociones con los padecimientos orgánicos, ...“sin hacer distinción, todas las enfermedades serán psicosomáticas ya que en todas intervienen las emociones del paciente”,,, y con López (2002) al indicar que todo padecimiento será psicosomático bajo el enfoque holístico el cual al considerar al ser como un ser total vinculado con el universo, la enfermedad será el resultado de un desajuste energético, al romperse el contacto con la naturaleza la energía no fluirá armónicamente en todos los órganos instalándose en uno, dañándolo y resaltando una emoción particular que se verá reflejada en la actitud y relaciones que establezca con los demás, en este entendido si el ser humano es un ser total , biopsicosocial relacionado con el entorno (naturaleza) las enfermedades lo serán también y serán también una oportunidad para crecer.

Al conocer la ruta que sigue la enfermedad podemos encontrar nuevas alternativas para tratarla.

En el caso de la gastritis mi alternativa de sanación sin sacar a la persona de su contexto, sería la siguiente: al saber que la energía se estanca en el estómago produciendo el daño y el estómago se relaciona con el elemento tierra y con la ansiedad lo ideal será que la persona aprenda a manejar el estrés que sufre, con técnicas de relajación, de respiración, que aprenda a manejar sus emociones dándole valor a lo que realmente lo merece, sin buscar hacer grande lo que no es, sería recomendable que tuviera mayor contacto con la tierra, la manera más fácil

de tenerlo es realizar caminatas largas los fines de semana o bien que se desplace caminando distancias que no sean tan largas diariamente, por ejemplo que usara más el transporte publico en lugar de auto, así al menos se desplazaría de transporte a transporte, o bien en lugar de tomar taxi para distancias cortas que caminará.

Si la persona aprende a manejar lo que siente y se hace responsable de sus propias decisiones y empieza a tomarlas en lugar de dejar que otros decidan por él, la ansiedad bajará y por ende la necesidad de consumir alimentos dulces, o bien se puede empezar por eliminar los refrescos y endul colorantes y sustituirlos por agua natural, la cual limpiará los riñones y las impurezas del cuerpo, así como lo añejo a nivel emocional y todo aquello que nos impide crecer, o los dulces con sustancias químicas por frutos dulces, que además de proporcionar vitaminas, no dañan el hígado ya que no contienen químicos.

Podemos también tener mayor contacto con la tierra a través del consumo de vegetales que nacen en las entrañas de ésta, sustituyendo la alimentación basada en carnes, consumir mayor cantidad de granos que contienen hierro y el hierro (metal) al tener acoplado al intestino grueso permitirá la fácil evacuación de lo digerido a nivel orgánico y a nivel emocional, a su vez el hierro al ser indispensable en la dieta del ser humano al proporcionar a la sangre nutrientes permitirá crear defensas ante enfermedades respiratorias o infecciosas regulando la energía del pulmón y al desechar todo lo que nos hace daño (a través del intestino grueso) la tristeza disminuirá.

El consumo de vegetales y granos no solo nos acerca a la Tierra, también exigirá menor energía al estómago para la digestión de estos.

Por ultimo se recomienda también reconciliarse con la madre agobiante y exigente, y con el abandono paterno, solo perdonando se consigue crecer, hay que desechar lo añejo y utilizar el pasado solo como herramienta de construcción

y combustible para el presente. Hay que aprender a manejar lo que sentimos, a deshacernos de la rigidez que nos caracteriza, de las relaciones superficiales, de la ira que podemos sentir hacia nuestro pasado, hacia nuestra familia, hacia la no elección, si bien de pequeños no pudimos elegir en este momento tenemos todo lo necesario para hacerlo, basta de culpar a los demás del dolor actual ellos no son más responsables del miedo enorme que te da elegir y empezar a ser tú mismo. Hay que resolver estas situaciones a la par del trabajo que se debe de llevar a cabo con el cuerpo, alimentándolo de manera adecuada, escuchándolo, cambiando la memoria corporal de éste, ya que es en él donde se inscribe todo lo que nos sucede, todo lo que nos aqueja, cada emoción , cada acto, cada situación no resuelta.

En cuanto al entorno hay que empezar a cuidarlo tal vez nos resulte difícil entender la relación que establecemos con la naturaleza, con el Universo, tal vez aun no nos deshacemos de la fragmentación de la cual hemos sido parte, pero es importante que reflexionemos y entendamos que cada acto no solo tiene impacto en mi cuerpo, en mis relaciones con los demás, en mi futuro, sino también en todo lo que me rodea, piensa solamente, si la contaminación del aire no fuera tan elevada en porcentajes de sustancias tóxicas, las enfermedades respiratorias no serían tan elevadas y quien es quien tiende a contaminar, el ser humano, y no solo las acciones contaminan el entorno, la actitud, la ira, el coraje y la tristeza, todas las emociones le impactan.

Conforme el ser humano entienda y se sienta parte del todo considero muchas actitudes, relaciones y estilos de vida a nivel humanidad cambiarán y siento que el impacto que esto tendrá será para bien.

Este enfoque me ha dado la oportunidad de esclarecer algunos de mis miedos y tristezas, de reconciliarme con la gente que moldeó mi presente con sus enseñanzas, con sus regaños y con su forma muy particular de educar, reconciliarme con mi historia familiar, y a partir de eso dejar de buscar excusas de

lo mal que me pueda sentir o de las enfermedades que me aquejan, y empezar a ser responsable de mis propios procesos de salud y bienestar y así partiendo de este conocimiento construir un futuro bajo mi propia responsabilidad, espero que esto mismo te pase al terminar de leer esta tesis y sin importar que seas un colega o una persona común puedas ayudar a los demás compartiendo este conocimiento que hoy tengo la oportunidad de compartir contigo y nos permita crecer como personas y sociedad.

Bibliografía.

Bakal, D. (1996). **Psicología y salud**. Bilbao: Desde de Brouwer.

Barrios (1989). **Enfermedades del aparato digestivo**. Interamerican McGraw Hill México D.F

Berman, M. (1987). **El reencantamiento del mundo**. Chile Cuatro Vientos.

Boltanski, L. (1975). **Los usos sociales del cuerpo**. Colección salud, política y sociedad. Buenos Aires: Periferia.

Bockus (1987). **Gastroenterología. Volumen II**. Barcelona, España: Salvat.

Brooks, F.P. (1979). **Fisiopatología del sistema digestivo**. México Manual Moderno.

Brannon, L y Fesist, J. (2001). **Psicología de la Salud**. Paraninfo Thomson Learning. Australia, Canadá, México, Singapur, España Reino Unido y Estados Unidos

Capra, F. (1998). **El punto crucial. Ciencia Sociedad y Cultura Naciente**. Argentina: Estaciones.

Chantar, B y Rodes, j. (1988). **Enfermedades del aparato digestivo**. Madrid, México: Interamericana Mc. Graw Hill.

Cisneros, J. (2002) "Es mejor la locura", en Sergio López Ramos (coord). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I**. México CEAPAC: Plaza y Valdes.

De Garay, g. (1997). "La entrevista de historias de vida: construcción y lecturas". En De Garay (coord). **Cuéntame tú vida. Historia oral: historias de vida.** (16-28) México Instituto Mora CONACYT.

Dehesa M. I; Doodley C. P, Fitzgibbon F., Cohen H.; *Prevalence and distribution of Campylobacter pylori in asymptomatic hispanic population.* In; Ruíz Palacios G., Calva E., Ruiz Palacios B., *Campylobacter V.* Instituto Nacional de Nutrición "Salvador Zubirán " 1989 pag. 232.

Dethlefsen T. y Dahlke, R. (2002). **La enfermedad Como Camino.** Plaza & Janès Editores. Barcelona.

Duran, N. (2002). "Incorporación de la intuición por medio del cuerpo", en Sergio López Ramos (coord). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I.** México: CEAPAC, Plaza y Valdés.

Duran, N. (2004). **Cuerpo intuición y razón.** México: CEAPAC.

Duran, N. (2005). "La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida". **Cuadernos del CESU No.43.** Universidad Nacional Autónoma de México.

Enciclopedia Médica (1995). **El gran libro de la salud.** México D.F.: Reader's Digest

García, J. (2002). "La concepción del cuerpo: medicina alópata y alternativas", en Sergio López Ramos (coord). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I.** México: CEAPAC, Plaza y Valdés.

Gomez y Silva. (2003). **Gastroenterología elemental.** México DF: Méndez.

Gonzales, E. (1988). **Diagnostico de la salud en México.** México DF. Trillas.

Guerra, M. (1981). **Introducción a la salud Pública**. México Méndez. Oteo.

Hani de Ardila, A. (2001). **Gastroenterología**. Colombia; México Mc. Graw Hill Interamericana.

López, R.S. (2000^a). **Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX México**. México: CEAPAC, Miguel Ángel Porrúa.

López, R.S. (2000b). **Zen y cuerpo humano**. México: CEAPAC Verdehalago.

López, R.S. (2002). "Las enfermedades psicosomáticas. Una interpretación", en Sergio López Ramos (coord). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I**. México: CEAPAC, Plaza y Valdés.

Lopez, R.S (2002a). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I**. México: CEAPAC, Plaza y Valdés

Lopez, R.S (2002b). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II**. México:Zendova

Lopez, R.S (2003). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III**. México: CEAPAC.

Marshall B. J., Warren J. **Reidentified curved bacilli on gastric epithelium in active choric gastritis**. Lancet 1983; 1; 1273-1275.

Michener, W. (1967). **Enfermedades Gastrointestinales**. México, Interamericana.

Parajes, J. (1991). **Temas actuales en aparato digestivo**. Barcelona, Espaxs.

Powell, L. (1995). **Gastroenterología**. México D.F. Interamericana McGraw Hill.

Quezada, M.G. (2002). "Las Alergias", en Sergio López Ramos (coord). **Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I**. México: CEAPAC, Plaza y Valdés.

Read, A. (1985). **Gastroenterología básica y enfermedades hepáticas**. México Manual Moderno.

Reynoso, E. L. y Seligson, N. I. (2002). **Psicología y Salud**. UNAM Facultad de Psicología CONACYT.

Richads, R. (1982). **Aparato urinario y digestivo**. Madrid, Paraninfo.

Rivera, M. (2004). **El adolescente, su cuerpo y la sociedad moderna**. México CEAPAC.

Sanford, P. (1984). **Fisiología del aparato digestivo**. México, Manual moderno.

San Martín, H. (1975). **Salud y enfermedad. Ecología humana, medicina preventiva y social**. México; La Prensa Médica y mexicana.

Schartz, L. (1990). **Enfermedades Quirúrgicas del hígado**. Buenos Aires; Paidós.

Van Eersel, P. & Maillard C. (2004). **Me pesan mis ancestros**. México CEAPAC

Villalobos P.J. (1996). **Introducción a la Gastroenterología**. Méndez Editores. México.

Portales WEB.

<http://www.altana-pharma.com.mx>

<http://www.directoriomedico.com.mx>

<http://www.eluniversal.com.mx>

<http://www.inegi.gob.mx>

<http://www.salud.gob.mx>

<http://www.gastritis.com>

<http://www.saludymedicinas.com.mx>

ANEXOS

Guía de entrevista para padecimientos psicosomáticos.

Objetivo: recabar información que permita identificar la ruta de construcción de un padecimiento psicosomático.

Ficha de identificación.

Nombre: _____ Sexo _____ Estado civil: _____
Edad: _____
Domicilio: _____
Tipo de vivienda: _____ Tipo de construcción: _____
Escolaridad: _____ Ocupación: _____
Lugar de nacimiento: _____ Tiempo de residencia: _____
Religión: _____ Constelación Familiar: _____
Padecimiento: _____

I. Circunstancias de embarazo y nacimiento.

b) Historia de embarazo.- En el caso de que el paciente entrevistado sea un adulto, se obtendrá toda la información que al persona sepa sobre el embarazo de su madre. Cuando se trate de un niño, los padres proporcionaran la información al respecto.

- Nacimiento.

* A) Historia del embarazo. Incluir toda la información relativa a la concepción en la que se debe recopilar datos en relación con el tipo de alimentación de la madre, vigilancia médica (control periódico, si existió alguna enfermedad y los tratamientos administrados), tipo de atención que recibió.

* B) Situación de la madre durante le embarazo. Relación emocional de los padres con el hijo. Estuvo sola, en pareja (condiciones de vida de la madre y del padre en general hasta llegar al parto), con familiares, con otros. Relaciones emocionales de los padres durante el mismo; embarazo deseado, planeado, por falla de método anticonceptivo, impuesto.

* C) Parto. Asistido por un médico (cesárea, fórceps o normal), una partera o sola.

* D) Lactancia y cuidados posteriores. Fue amamantado por la madre o con leche de fórmula (tiempo); la edad de ablactación, tipos de alimentos.

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

* A) Estilo de crianza. De que manera era corregido, al cuidado de quien estaba y con quienes convivía, ya sea porque compartiera la casa o porque se frecuentaran.

* B) Alimentación: que comía, con quién comía, cuantas veces al día, donde come, cuales son los alimentos que prefería y rechazaba, sabores predominantes en la familia (agrio, dulce, amargo, picante, y salado) y si considera que algunos alimentos le hacen daño (antes y ahora).

* C) Salud, servicios médicos de que es usuario, formas en que atiende sus padecimientos, con que frecuencia asiste, enfermedades más comunes que ha padecido y si puede identificar en que épocas, que tipo de tratamiento recibe o ha recibido, los medicamentos así como su dosificación. Cuales han sido los resultados obtenidos en la búsqueda de su salud, tratamientos alópatas, alternativos, pronóstico y expectativas (diagnóstico, tratamiento y resultados).

* D) Relaciones emocionales. Familiares y extrafamiliares, quienes integran su familia, que lugar ocupa en ella, actividades, rutinas, rituales, que emociones experimenta y como las expresa, con cada uno de los miembros de su familia. Relaciones con los otros. Indagar al respecto de cómo construye las relaciones emocionales si se basan en el odio, resentimiento, tristeza, miedo, angustia, etc., y sus expresiones como vínculos con mamá, papá, hermanos, maestros, amigos, pareja, hijos, jefes y compañeros de trabajo.

* E) Trabajo. Que hace, que necesita para vivir, donde trabaja, horarios, que emociones experimenta con relación al trabajo, proyecto de vida, expectativas de la misma, relaciones emocionales con los compañeros de trabajo.

* F) Escolaridad. Que nivel de estudios tiene, escuelas en las que estuvo, como fue su desempeño, si entabla relaciones emocionales, de que tipo, con quienes y como las expresaba.

* G) Tipo de vivienda. Como es la casa donde vive, de que materiales esta hecha, como es la distribución del espacio en la misma, desde cuando vive ahí, con que servicios cuenta, ubicación geográfica (si es ciudad, área conturbada, zona rural, etc., oxigenación, altura); orientación geográfica (norte, sur, este y oeste).

III. Concepto de la enfermedad.

* A) Tratar de profundizar en su proceso de construcción de la enfermedad, cómo la persona vive, es decir, si la considera castigo divino, herencia, ya me toco, bajo de cielo, contagio u otros.

- Crisis: tratamos de encontrar que hace cuando entra en crisis en su enfermedad, es decir si se deprime, se esconde, llora, se exhibe, se trata de suicidar, etc., entender como afecta la enfermedad a su familia.

* B) Concepto de cuerpo y de su cuerpo. Antes y después de la enfermedad para saber como lo vive. Buscar su construcción personal respecto al género y su ideal de belleza, lo mismo que el ejercicio de su sexualidad.

* C) Creencia religiosa. Preguntar sobre la fe que profesa y cómo la practica tratando de encontrar la relación con su enfermedad (castigo o bendición).

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

Entrevista 17.

Padecimientos psicosomáticos Gastritis

Contexto: la entrevista se llevo a cabo en el domicilio de la entrevistada ubicado en el Estado de México Municipio de Acolman, para llevar a cabo la investigación nos ubicamos en la sala libre de ruidos e interrupciones. La casa es de dos plantas cuenta con sala comedor, cocina y dos habitaciones en la planta alta. Los pisos son de cemento con mosaico y la planta alta esta alfombrada, los techos y paredes con de cemento con acabados y tirol.

Ficha de identificación

Nombre: Rosa María Fuentes García

Género. Femenino

Estado civil: soltera

Edad: 45 años

Domicilio: Tepexpan Estado de México, callejón del Rey No.8

Tipo de vivienda: esta construida con tabique, cemento, varilla y esta constituida de dos plantas , tiene dos recámaras, un estudio, sala, baño, eh comedor y cocina, los pisos y el estudio están alfombrados y la sala y lo demás esta hecho de cemento.

Escolaridad: Profesionista, enfermera general

Ocupación: Jefe de medina preventiva en un hospital psiquiátrico

Lugar de Nacimiento: Tepexpan Edo. de México

Tiempo de Residencia: en el domicilio arriba señalado 35 años aproximadamente

Religión: creyente de religión católica

Constelación Familiar: mamá, hermano (casado vive en el mismo terreno pero en una casa aparte) hermana (vive con su mama en una casa aparte, pero en el mismo terreno) tiene una hija casada y ella habita el domicilio sola.

Padecimiento: Gastritis

E- entrevistador

R- entrevistada

R-tengo una gastritis de aproximadamente 10 años, bueno se me detectó después de que me intervinieron quirúrgicamente de una eh, de una colisistiasis me quitaron la vesícula y ya de ahí se me origino una gastritis erosiva

E-algún dato que tú recuerdes de cuando eras pequeña o de cuando, que tú mamá te haya contado como fue que naciste, como se enteró

R-no

E-alguna información de cuando tú eras un bebé como comías que comías en donde estabas

R-no tampoco

E-de los años que tú recuerdes cuando estabas, cuando ya eras una niña no se 5 o 6 años con quien pasabas la mayor parte del tiempo, quien te cuidaba, con quién convivías

R-pues yo no, no recuerdo este, mi infancia no la recuerdo o sea así que yo recuerde con quien vivía o quien jugaba no, no lo recuerdo

E-algo que te hayan dicho, algo que te haya dicho tú mamá, por ejemplo a que se dedicaba, te cuidaba, no te cuidaba

R-no, la mayor parte del tiempo mi mamá siempre trabajo hasta la..., hace unos seis años que ella dejo de trabajar, pero siempre, siempre estuvo trabajando

E-tú con quien te quedabas mientras ella se iba a trabajar

R-en la casa de mi abuelita,

E-con tú abuelita vivías

R-si

E-ahí pasabas cuanto tiempo de que hora a que hora

R-pues todo el tiempo porque vivíamos ahí con ella

E-a tú mamá a que hora la veías

R- la veía en la noche, en la tarde, ya muy tarde ya nada más un rato y ya hasta, todos los días era así

E-o sea que desde tú nacimiento, tu niñez, lo pasaste con tú abuelita

R-aja

E-con quienes más convivías a parte de tú abuelita

R-pues con mis tíos, hermanos de mi mamá

E-con quien realizabas tus juegos

R-pues con los primos con algunos primos que estaban por ahí, que vivían más cerca

E-tu que recuerdes cuales eran las actividades que realizaban o a que jugaban

R-jugábamos siempre a la tienda, jugábamos a los encantados, a la cuerda, al avión eso es lo que yo recuerdo

E-que pasaba cuando hacías alguna travesura, cuando en algún juego llegabas a hacer algún desmán quien te regañaba

R-mm, creo que siempre eh, bueno siempre nos llamaban la atención pues porque teníamos tiempo limitado para jugar, no nos daban mucha oportunidad para jugar, no teníamos el tiempo, porque, porque nos dedicábamos a quehaceres de la casa, a parte de eso yo tenia que cuidar a mis dos hermanos, tengo dos hermanos, entonces tenia que cuidar a mi hermano primero y luego ya nació mi hermana y ya tuve que cuidar a mi hermanita, entonces el tiempo que yo jugaba pues era muy poquito

E-que otras cosas tu tenias que hacer, bueno antes, a los cuantos años tú empezaste a tener responsabilidades de tus hermanos

R-yo diría como a los seis, siete años, ocho

E-cuantos años se llevan tus hermanos

R-mm pues tengo un hermano que tiene 42 años y me hermana que tiene 40, 39 o 40

E-tú con quien recuerdas que comías, que comías, cuantas veces al día lo hacías

R-pues, me imagino que como dos o tres a lo mejor pero en horas no precisas , o sea a diferentes horas

E-que era lo que más comías la

R-pues **lo que más comíamos era el huevo** en las mañanas, o sea desayunaba huevo en las tardes variaba no, o sea al medio día variaba eh, **comida podían ser verduras a veces carne, en la noche pues nada más el café y el pan**

E-con quienes realizabas esas comidas, quien te preparaba los alimentos

R- pues mi abuelita

E-y con quien realizabas esas comidas

R-con mis hermanos a veces este como les daba de comer pues en ese momento aprovechaba yo para hacerlo

E-cuales son los alimentos que tú actualmente consumes

R-actualmente, hoy, mm pues ahora casi yo no estoy en la casa, como te comentaba hace rato este siempre salgo, del trabajo a veces vamos a comer con las compañeras vamos a comer y pues siempre **carne asada, verduras, crema, alguna crema de espárragos o me gusta a mí mucho el mole**

E-el mole de que

R-**el mole rojo con pollo y todo eso, si**

E-cuál es el sabor que más se te antoja a ti

R-**lo dulce**

E-como en que alimentos

R-**en las galletas, en el pan**

E-consideras que algún alimento te hacia daño antes de que te diagnosticarán gastritis y actualmente

R-no, yo creo que no era conciente de lo que me hacia daño antes no, no tenia la conciencia de darme cuenta que cuando yo comía había algo en especial que me dañaba no,

E-actualmente

R-si actualmente si me doy cuenta de que el picante, la grasa, eso si me causa malestar

E-cuentas con algún servicio de salud

R-si, el ISSTE

E-que pasa cuando te llegas a enfermar

R-bueno, cuando me llego a enfermar, este, en algunas ocasiones acudo al ISSTE por la incapacidad si es que lo amerito o si no con médico particular

E-que tan frecuentes son tus visitas al médico

R-antes, déjame decirte que hace como de ocho años acá, mis vistas al médico eran cada mes, y después como que se fue espaciando más y ahora pues me doy cuenta que casi por lo regular he sabido o he aprendido a controlar esa situación

E-de que de la gastritis

R-si de eso

E-o sea antes ibas cada mes al doctor

R-si consecutivamente ahora como que he aprendido o se en que momento ya tomarme si es que siento algún malestar ya no necesito de ir al médico y a parte creo que mejoro mucho la situación mm, digestiva porque me quitaron la vesícula entonces ya de ahí hubo, pues si detalles después de la operación pero ya no se me acentúa tanto el dolor

E-ya no tanto

R-no

E-en general con las enfermedades que tú has llegado a padecer o que determina que tú vayas al médico

R-que es lo que determina que yo vaya al médico

E-o siempre una gripas vas al médico o de que depende

R-no, depende de una situación ya muy grave para que yo pueda asistir al médico y cuando es algo así sencillo un malestar por ejemplo gripes, o malestares de que me pongo mal del estómago pues acudo con el médico particular o con los mismos médicos del hospital, este me consulto y ya me dan algo

E-que enfermedades han sido las más comunes en ti

R-mmm, siempre me he..., en el hospital me contamine con este con **salmonelosis** y a partir de ese tiempo acá siempre casi cada dos meses tengo que estar tomando medicamento, por la razón de que me siento, siento el malestar nuevamente del estómago y empiezo a tomar antibióticos entonces este creo que esa es una enfermedad y la **colitis nerviosa** por el estrés

E-cuando tu eras pequeña que enfermedades tú recuerdas que eran las que más te daban

R-bueno me comenta mi mamá que cuando era pequeña siempre padecía de **resfriados** o sea de tos y este, constantemente el resfriado

E-que tan constante

R-siempre, siempre

E-hasta que edad

R-bueno que me comenten hasta aproximadamente como a los seis o siete años

E-como fue que te curaste

R-pues no se mi mamá me dice que como estaba cada ocho días, cada quince me llevaban al médico y llego el momento en el que yo creo que al olvidarse ya, al tener otros hermanos entonces como que vino a sustituir el, la atención que si yo me enfermaba con, ya de esa forma

E- o sea ya no te ponían atención, y ya no recuerdas que más paso

R-si ya no recuerdo que paso

E-en cuanto a los tratamientos que tú has recibido cuales han sido en general

R-de las enfermedades que yo he tenido en general de la infección?

E-aja que tipo de tratamientos son alópatas, o que tipo de tratamiento

R-ah pues creo que la principal fue alópata ya después maneje la homeopatía

E-como podrías describir la efectividad de cada uno de los tratamientos que has tomado a lo largo de tú vida

R- bueno a mí me, considero que este, la alópata es la que causa más, me hace efecto más rápidamente aunque llego en conciencia que me hace daño o sea con el tiempo viene a causarnos más problemas, la homeopatía es mucho más lenta, más lento el que entre en el organismo y en que empiece a evolucionar y este pienso que es el que menos nos daña

E-tú porque crees que nos dañe los otros medicamentos

R-por las sustancias químicas que tiene cada este, pues cada antibiótico no, cada analgésico que uno consume

E-tú sientes que alguna vez te has dañado al tomar ese tipo de medicamentos

R-aja

E-como en que te daña

R-en el tiempo, yo pienso **que fue la causa que me trajo la gastritis porque cuando yo estaba mal de la vesícula tomaba bastante analgésico, muchísimos analgésicos** y a parte de que la **situación estresante para mí era muy fuerte** porque, porque yo creo que **siempre desde chica estuve presionada porque tenía que cuidar a mis hermanos**, me daba miedo que se cayeran que me llamaran la atención o que me golpearan a mí porque se habían caído

E-te llego a pasar alguna vez

R-si, si , si

E-que pasaba en ese momento

R-pues este la represión era para mí no, porque

E-que te hacían

R-me golpeaban

E-quien lo hacia

R-mi abuelita

E-tú que sentías en ese momento

R-pues cuando no tenía plena conciencia de lo estaba pasando, a mi me daba miedo de que pues se cayera o se lastimara pero no pensaba, cuando estaba más chica no pensaba nada no recuerdo que era lo que pensaba, pero ya cuando fui creciendo yo empecé a sentir **rencor**, empecé a sentir **coraje**

E-hacia quien

R-hacia la persona que me agredía

E-por lo general quien era

R-**mi abuelita siempre, sentía mucho coraje sentía mucho rencor si**

E- por que lo sentías

R-porque no se me hacia justo, porque yo decía bueno es que a mi no me dejan jugar ni me dejan hacer cosas porque tengo que estar cuidando, tengo que estar atendiendo a mis hermanos **entonces no tenía la libertad te puedo decir que son contadas las veces, las que yo fui a jugar**

E-tú que sentías

R-más que otra cosa me sentía como comprometida a que tenía que apoyar y a que tenía que ayudar a mi mamá, si que yo decía bueno pues ni modo a lo mejor para la otra vez me toca a mí, pero siempre trate de que a ellos no les pasara nada y cuando me tocaba de que se caían o de que se cortaban o de que alguna cosa pues siempre la represión, pues si era más para mí era de que pues por mi culpa se habían caído o de que no los había cuidado pero pues si yo sentía rencor y sentía coraje porque decía pero es que yo no tengo porque hacerlo

E-como era que tú expresabas ese rencor o ese coraje

R-**no, nunca lo llegue a expresar siempre lo llegue a callar porque, porque no tenía el, estábamos tan reprimidos estaba yo tan reprimida que no tenía ni el derecho de hablar y de decir que no me gustaba, que no me parecía me tenía que quedar callada**

E-tú que sentías

R-**tristeza, mucha tristeza**

E-esa era la traducción de tu represión

R-si

E-como expresabas esa tristeza

R- mmm, no la yo creo que me la callaba nunca la expresaba, a lo mejor en mí se veía pero yo, pues creo que nunca la logre a expresar, nunca llegue a decir nada

E-le comentabas a alguien

R-a nadie

E-en cuanto a, bueno regresando un poquito al padecimiento que tu tienes que tipo de tratamiento te dieron

R-me hicieron un endoscopia fue una, y a los tres meses otra porque querían ver que tan grave estaba, bueno que tan grave que tanto había abarcado ya la gastritis y después me dieron **ranitidina me dieron Melox, me dieron varios analgésicos** para calmarme y pues el médico me recomendó que no podía, que no tenía que vivir en constante estrés tenía que estar tranquila, tenía que estar, pues tomar muchas frutas, verduras, bastante leche y pues eso es todo no me dieron otra cosa

E-que tan bueno fue el tratamiento que te dieron

R-pues creo que fue bueno yo me sentí mucho mejor

E-comentas que también has conocido lo que es la homeopatía, como fue que te dieron tratamiento

R-pues porque en ocasiones yo sentía que el medicamento me dañaba más, el alópata entonces pensé cambiar con medicamento que me causara menos daño y empecé a consultar médico homeópata y de ahí pues me recetaron medicamento homeópata que pues si me ayudo bastante

E-como podrías definir lo que fue ese tratamiento y para que enfermedades lo usaste

R-mm, pues para los resfriados, para cualquier malestar, para el estómago, en especial que es mi mayor problema este, es con lo que yo a mi me ha sido de mucha utilidad

E-si te ha dado un buen resultado

R-si

E-en cuanto a las relaciones que estableces con las otras personas entonces tú eres la mayor de tres hermanos,

R-si

E-básicamente desde que eras pequeña comentas que estuviste a cargo de tú abuelita y conviviste con tus tíos, con algunos primos y tú empezaste a quedarte a cargo de tus hermanos, como podrías tú definir la relación o lo que era en ese momento la relación con tú mamá

R-creo que nunca, no **puedo decir que hubo una relación, madre-hija o de hermanas o de nada, porque yo no veía la figura materna o sea yo no sabía realmente lo que es ser o lo que era ser una mamá** o sea yo la veía y veía que era la persona que a mi no me, no me llamaba la atención, no me regañaba, si y bueno yo me sentía bien cuando mi mamá estaba porque, porque no me gritaba, no me golpeaba, no nada y no tenía que cuidar tanto a mis hermanos era el tiempo que yo tenía un poquito libre, que era a lo mejor una vez a la semana

E-cuando dices que no representaba esa relación de madre-hija para ti que es entonces esa relación

R-pienso yo que la relación de madre es con la persona con la que uno esta más cerca de la que uno le tiene más confianza a donde siente uno el apoyo mmm, donde siente uno seguridad y pues **yo nunca lo sentí**

E-en algún momento lo sentiste de alguna otra persona que no fuera necesariamente ella

R-no

E-dices que cuando ella estaba era cuando tenias ratitos para irte a jugar , pero como era ese sentimiento que tenias

R-pues **si, si le tenia cariño a lo mejor pero más que otra cosa yo creo que sentía, como que me sentía un poquito, como te podría decir, con, sin miedo**

E- cuando estaba ella

R- cuando estaba ella

E- cuando ella no estaba

R- **me sentía insegura , tenia miedo**

E- de que o hacia que era ese miedo

(la entrevistada comienza a llorar, es un llanto tranquilo y espera unos segundos antes de reiniciar la entrevista)

R-a que si algo le pasaba a mis hermanos, pues lógico que me iban a culpara a mí, a que tenia que darles de comer y que si no lo hacia bien pues la reprimenda, pues me iban a reprimir a mí

E- actualmente o a través de los años como ha sido la relación con tú mamá

R- mmm, **creo que, puedo decir que desde ella se jubiló acá será unos seis, siete años que yo he sentido el puedo decir el apoyo, el cariño a lo mejor no de una forma directa, a lo mejor no que se acerque y me diga hay pues te quiero mucho o que, que no, pero si del acercamiento de la distancia de la presencia, pues yo puedo decir que de seis años para acá**

E- como te has sentido con ese cambio

R- eh hace algunos años sentí **coraje**

E- hacia quien

R-hacia mi mamá a lo mejor, siempre lo he sentido porque, bueno ahora que ya tengo tantos años no este, me pongo a pensar que pues en realidad no tenia yo porque y siempre tuve el coraje de hacer cosas que a mi no me correspondían hacer y de no haber pasado, que no hubiera tenido la oportunidad de tener a alguien con quien platicar, a alguien a quien decirle lo que me pasaba, alguien a quien, no se a la madre, lo que es realmente el cariño d e la mamá no, nunca lo llegue a sentir y sentía mucho coraje sentía bueno ya mi mamá quería acercarse a lo mejor platicar conmigo eh, yo ya no, yo ya decía el momento ya se paso, yo a lo mejor estuve esperando hace mucho tiempo, ahorita ya es tarde eso yo ya no, ahorita tengo cosas que hacer, salgo a diferentes lugares, estudio varias cosas, tengo la oportunidad de hacerlo y trato de aprovechar a lo más que yo pueda no tanto por no se verdad si, trato de correr de algo, trato de escapar pero como que eso fue pasando pero como que si, de hecho no puedo dejar de negar que si sentí coraje, mucho coraje eh de que no tuve yo lo que yo hubiera querido tener

E- como expresaste este coraje

R- **nunca lo exprese**, a lo mejor en mi forma de ser, a lo mejor en un poco grosera, a lo mejor en que bueno sabe que mami, ella me preguntaba este, - vamos a hacer esto en la casa y tienes que estar-, no, yo no tengo tiempo, yo no puedo, o lo siento, a lo mejor con, con el que yo evitara estar cuando ella estaba era la forma de expresarlo porque no creo atreverme a decirle es que por su culpa yo esto, yo hubiera querido esto o usted no medio, no, no podría hacerlo

E-nunca lo has hecho

R- no, no

E- cuando decías que tú considerabas que ya no era el momento, porque considerabas que era tarde que se acercara

R- porque pienso que cuando uno más necesita a la madre, cuando uno más la necesita es cuando uno está chico, cuando uno necesita que le orienten, cuando uno necesita que le apoyen, cuando uno necesita que le den cariño, cuando en la escuela este preguntan por tus padres y pues en realidad quien iba era mi tía a veces, a veces no iba nadie

E- como te hacía sentir eso

R- (llora) mal, muy mal

E- como podrías expresar ese malestar

R- bueno yo creo que considero que trate de echarle todas las ganas a pesar de que, aunque me sentía muy mal porque pues en la escuela nunca salí de bajas calificaciones no simplemente yo creo que era una, yo me consideré una persona **muy aislada** se podría decir una persona **muy tímida insegura**

E- como expresabas esa inseguridad

R- **miedo hacia los demás, con miedo hacia los demás con desconfianza**

E- que emoción era la presente en ese momento

R- mm en el momento de que

E- por ejemplo de cuando el acontecimiento de la escuela de que te preguntaban por tus papás y que no estaban o ese miedo, esa desconfianza hacia los demás, que emoción predominaba en ese momento

R-mmm, me daba **tristeza, o sea me daba tristeza** nada más

E- como la expresabas, que hacías

R- me daba vergüenza, me daba vergüenza porque todos los demás si iban y los míos no si y me daba pena porque mis compañeros siempre me preguntaban y yo no sabía que contestarles no sabía que decirles entonces este pues trataba en, cuando tenían que estar presente los padres trataba de no estar presente yo, o sea de que citaban a los papás yo al día siguiente no iba y ponía de pretexto pues de que me había enfermado, que había sucedido alguna cosa, por la cual ellos no habían podido ir

E- en cuanto a la relación con **tú papá** como ha sido, si alguna vez la has tenido

R- **pues yo creo que no, nunca a mi me comentan que mi papá me busco mucho tiempo y que pues mi mamá evitó que yo lo viera no se cual es realmente la verdad, no podría hablar sobre él**

E- en cuanto a esa situación de que te decían que tú papá te buscaba y tu mamá trataba de que no te viera tú en algún momento o cuando te llegaste a enterar de eso que sentiste, que pensaste

R- mm bueno sentí coraje porque yo creo que yo tenía derecho de, de verlo no

E- coraje hacia quien

R- hacia **mi mamá**

E- cuanto tiempo tiene de eso, cuantos años tenías tú

R- pues yo, cuando yo me enteré de eso tendría pues no se serán hace como unos diez años

E- tu sentías ese coraje hacia tú mamá pero porque

R- porque no me había permitido conocerlo o que me viera o que si yo carecí de algunas cosas porque no le dio la oportunidad a él de verlo que me diera así en dado momento, el trataba de dármelo y ella no lo había permitido por egoísmo hacia que, yo decía, yo me ponía a pensar, porque siempre el adulto tiene que ver eh, mi conveniencia porque yo no quiero ver ah, mi hijo tampoco tiene derecho a , entonces eso era lo que yo pensaba, lo que me daba **coraje**

E- cuales crees tú que hayan sido tus más grandes carencias cuando eras niña

R- pues yo pienso que el cariño de mis padres, eh... el no tener derecho a jugar, a ser niña, ah yo carecí de muchas cosas no nada más de afecto, o sea que es lo más importante no, el cariño de los papás el tener, y creo que fui madre desde chica, yo lo considero a hoy, que al quedarme con mis hermanos y al verlos pues creo que fui mamá desde pequeña

E- en cuanto a la relación con tus hermanos como podrías definirla en ese momento y a través del tiempo

R- pues creo que con mi hermano fue con el que más me he identificado o sea yo creo que como somos los mayores este como que me identificaba más me daba más sentimiento porque yo a mi hermano siempre lo vi como más indefenso, como más, como más quieto más tímido, mas callado como que me identifique más con él

E- en cuanto a la relación con tu hermana

R- con mi hermana creo que convivimos toda la vida verdad hemos estado conviviendo pero, casi con ella no he...

(se interrumpe unos minutos la entrevista porque entra alguien a la sala)

E- me comentabas la relación que llevas con tu hermana

R-mmm, pues es muy, muy carente de comunicación si casi no, ella como que no permite el diálogo, o sea es muy poco, muy poco

E- tú porque consideras que ella no lo permite

R- siento que al igual que los tres, al igual que nosotros, que los tres hermanos este, nuestro problema debe de haber sido, considero que es el mismo el carente, que somos, que fuimos **carentes del cariño de, de nuestros padres,**

E-eso como crees que afecta o que de una u otra forma interviene en la comunicación entre ustedes

R- nos afecta

E- o el no haberlos tenido en que los hace diferentes a los demás niños, a los demás adultos, o a los demás hermanos

R- pues yo pienso que de alguna forma en, a pesar de que estamos juntos y de que nos vemos a pesar de que convivimos desde pequeños, no tenemos la confianza suficiente o la, yo puedo decir confianza porque no podemos decirnos hay es que mira te quiero mucho, expresar no tenemos la confianza o la seguridad de expresar al otro lo que realmente cada uno de nosotros siente

E- tú consideras eso

R- si

E- en alguna situación tu has querido no se decirle a alguno de ellos lo que sientes y has sentido que no puedes

R- si, si

E- como en que situaciones por ejemplo

R- como en que situación, bueno creo que he pasado con los dos, principalmente con mi hermano que ha estado enfermo desde pequeño, este, situaciones y pues yo creo que si, considero que si hace falta que uno pueda expresar las cosas, pero como que yo al menos no me siento con la libertad, con la seguridad de hacerlo y trato de hacer cosas que le expresen a él lo que yo estoy sintiendo, en situaciones o acciones

E- en cuanto a la relación con tú abuelita que era una persona con la que pasabas gran parte del tiempo, como es la relación con ella o como ahora

R-mmm, bueno ahh, de que nos cambiamos de casa serán como 35 años 30 años que estamos viviendo actualmente en esta casa eh, pues, como que yo trate de alejarme lo más posible, lo más que fuera de ella si, sentía mucha, **muy autoritaria mi abuelita era, era una persona muy autoritaria muy inhumana, yo lo decía así**, no se hay muchas cosas no, **yo sentía coraje hacia ella lo menos que pudiera verla si**, pero creo que me ha servido mucho la vida, me ha enseñado muchas cosas y creo que he aprendido a perdonar, y bueno la, ahora trato de darle y de expresarle que bueno le agradezco que lo que soy se lo debo a ella y que bueno la tengo ahora y trato de demostrarle que la quiero porque a pesar de que sentí rencor , me hace, sentía coraje no se creo que hay sentimientos soy pues prácticamente fui más su hija, de mi abuelita porque ella fue la que me formo la que me enseñó pues muchas cosas no, a su modo pero lo hizo

E-cuando tú dices que era autoritaria o inhumana que hacia o porque consideras tú que era así

R- mm las palabras y antes siempre ella ha usado palabras hirientes y muy eh, pues que a lo mejor las dice tal vez, no considera lo que dice verdad, o no se, su edad, pues yo que la recuerde siempre fue muy... hay **enérgica en todos los aspectos, en que no nos permitía ya después cuando éramos, cuando era yo adolescente no me permitía salir, no me permitía que me pintara, no me permitía que usara la falda alta, no me permitía muchísimas cosas** entonces este, pues a mi me, me enojaba mucho era mucho coraje eh, decía muchas cosas **para mis adentros** le deseaba cosas malas este porque si era cierto, deseaba que le pasaran cosas feas porque era la única forma como yo podía sacar lo que yo sentía por ella si,

E- expresárselo alguna vez, decírselo a ella

R- no, nunca, no

E- decirle a alguien contarle a alguien como te hacia sentir

R- actualmente si, actualmente he tenido la fortuna si de, este tengo una compañera y que pues, dos compañeras que me estiman y yo creo, considero que me estiman mucho y a las cuales yo me he atrevido a decirles y a platicarles pues desde mi niñez, hasta la actualidad

E- en cuanto a la demás gente que convivía con ustedes tus tíos, tus primos, como era la relación con ellos

R- pues muy limitada o sea no puedo decir que éramos una familia unida, una familia ay, una familia no, no éramos personas que vivíamos en una misma casa y que cada quien se dedicaba a lo suyo nada más

E- alguna actividad que realizaras con ellos, o algún momento que compartieran

R- no, no, no

E- la mayor parte del tiempo la pasabas con

R- con mis hermanos

E- en cuanto no se a las relaciones que tiene hoy en día con toda la gente que te rodea como podrías describirla

R- creo, considero que son mucho mejor que las que vivía hace mucho tiempo porque me ha servido el hablar, el decir y no quedarme callada, **ya no considero que soy una persona que, que ya me quede callada del todo** o sea tengo que buscar el momento para poder decir las cosas, con mi mamá trato de, de que las cosa vayan mejor de que, considero no faltarle al respeto en muchas cosas **aunque todavía piense lo mismo**

E- lo mismo en que aspecto

R- lo mismo en que pues, que por su culpa yo no tuve muchas cosas, que por su culpa yo tuve que ver otros hermanos, que o sea eso todavía como que de mí no se va, como que yo lo siento y todavía lo pienso

E- el coraje que decías que en algún momento habías llegado a sentir hacia tú mamá en este momento podrías decir que aun sigue

R- no, no, he comprendido que pues, fue bueno me tocó vivir eso no, me toco pasar eso y pues tuve que apoyar en el momento a mí mamá

E- tú por que crees que te haya tocado

R- pues yo creo que, considero que porque fui la mayor

E- tú eres casada o en algún momento lo estuviste

R- si , fui casada

E- como fue la relación con esa persona, como fue que la conociste, como fue la parte del **noviazgo**

R- pues más que otra cosa puedo decir que para mí no fue eh, era tan, me consideraba así, me consideraba tan ignorante, tan llena de miedos, tan llena de, tan estar tan harta de vivir cerca de..., de, con mis tíos, con mi abuelita de estar viviendo en una casa reclusa todo el tiempo que lo que yo buscaba era, el salir de ahí, entonces a esta persona la conocí pues creo que en una fiesta, al que fue mi esposo eh, en medio año que yo lo conocí yo lo que quería era que pues bueno **que me casara para poderme ir de ahí lo que yo quería era huir de ahí, de la casa donde yo vivía**

E- por qué tu consideras que estabas reclusa

R- porque no salía a ningún lado

E- que te provocaba el no salir, que sentías

R- que tenía ganas de hacer, tenía ganas de jugar con los demás, tenía ganas de salir como mis demás compañeros, me platicaban que los sacaban y yo no salía a ningún lado yo no tenía nada que platicar más que el que tenía que haber cuidado a mi hermanito o a mí hermano o que tenía que hacer quehacer o que tenía, eso era todo lo que yo les podía platicar yo no podía platicarles de juegos ni de visitas ni de nada

E- como te sentías tú ante eso, o imagínate que hubiera alguna fiesta o un baile y que tuvieras muchas ganas de ir y que te dijeran no vas, que te hacia sentir

R-mucho coraje

E- hacia quien

R- hacia la persona que no me lo dejaba hacer

E- quien era por lo general

R- em mi abuelita y mi mamá, yo a mi mamá la sentía como egoísta por la razón de que ella si se, por ejemplo si había alguna fiesta ya después cuando yo era adolescente y que ya a los 19 o 20 años, no considero yo ya ser adolescente, pero para mí esa fue la adolescencia a los 19,20, 21 años que era cuando nos dejaban ir a un baile y nos decían pero a tales horas deben de regresar entonces nos dejaban ir media hora si íbamos a las 9 de la noche a las 10, 9:30 vámonos ya es hora de retirarse y no, siempre como que a mi abuelita le gustaba estarnos echando en cara, estarme echando en cara por decir este, ya fuiste al baile, así como eres buena para una casa tiene que ser buena para al otra como que era un momento de que yo ya te di , ahora me cobro, ahora me tienes que pagar lo que yo te di, entonces a mi me daba mucho coraje, y mi mamá a veces cuando nos llevaba cuando ella tenía ganas de llevarnos y que porque le rogaba yo, le suplicaba que me llevar em, iba molesta a llevarnos a llevarme y de todos modos rápido tenia que regresarme

E- eso también te causaba coraje

R- si, si

E- lo expresabas

R- no, jamás, jamás lo exprese, jamás le dije solamente pues si veía a lo mejor mi molestia, pero no le , nunca le dio importancia

E- tú como te sentías ante no se que no le diera esa importancia

R- pues yo creía que era, era normal no, o sea que ella tenia derecho de decir eso y de que uno tenia que obedecer lo que, las reglas que ella ponía

E- regresando un poquito a lo de tú esposo o sea fue más que nada cómo dices para salirte del encierro que tu tenías

R- si

E- entonces así fue como tú decidiste casarte con él

R-si, para mí el encontrar al que fue mi esposo fue como una **salvación una solución y era la manera de poderme salir de donde yo estaba era la manera de poder escaparme y de que ya no me iban a regañar y de que ya no me iban a limitar en nada**

E- que paso después de que tomaste tú decisión, como lo tomo tú familia que te dijeron

R- pues no, a nadie le pareció bien, nadie estaba de acuerdo en que yo hubiera tomado esa decisión de que me tenia que casar este, pero a mi no me interesó de todos modos mi decisión ya estaba tomada

E-que hiciste

R- pues exigí, de que yo me tenia que casar, de que yo tenia que hacer mi vida, de que yo tenia que, y pues bueno en ese momento si vi el apoyo, al poyo de mi mamá

E-como te expreso ese apoyo

R- pues dejándome hacer, permitiendo que yo me casara

E- cómo fue la relación con tú esposo,

R- **creo que desde el primer día de que yo me case con él fue un a relación muy, yo no, como puedo explicar, una relación de, has de cuenta como de dos desconocidos si, de dos personas que no se conocen y que solamente, lo que yo veía era la salvación de mi casa ya estando afuera yo ya como que no sabia realmente lo que era un matrimonio**

E-cuando te juntaste con él a donde se fueron a vivir

R- cuando me case con él vivimos en un espacio que nos dejó, que nos permitió vivir mi mamá por un tiempo

E- de alguna u otra forma seguías cerca de tú mamá

R- seguía, si

E- pero tenias las mismas responsabilidades que cuando estabas con ella o ya no de tus hermanitos

R- no, ya no, ya no tenia las mismas responsabilidades ya como que yo ya, mi responsabilidad ya era menos ya tenia que trabajar porque siempre trabaje, entonces, pero bueno yo no sabia realmente la..., el problema tan grande en el que me había metido no, porque pues si, salí de un problema y me fui a meter en otro

E- que paso cuando tú te diste cuenta de eso o como fue el darte cuenta de que no era lo que esperabas

R- creo que me costo mucho tiempo y el pasar muchas cosas el darme cuenta que esa no había sido la solución, eh que yo, para que yo me hubiera salido de mi casa, que no, que no estaba bien que no había sido buena la decisión que yo había tomado, porque pues porque dices en un principio nunca me lleve bien con él, eh, eh, yo lo que quería era un apoyo yo continúe siendo el apoyo de otra gente si, es como si yo era la mamá para las decisiones de económicas, para las decisiones emm, que tenia yo que dar solución era las que yo daba porque a él así le convenía, pero para las decisiones de que eh, mandar en mi persona entonces él si, el de salir a algún lado también él, pero para la economía lo tenia que hacer, hacer yo porque era quien solventaba la situación

E- que te hacia sentir eso, ser otra vez el apoyo de alguien

R- me volví, me volvía a dar coraje me volvía a dar impotencia eh, ya lo exprese, ya pude expresarlo, ya pude hablar con él, con él si pude hablar porques si se molestaba mucho cuando yo no, no aportaba lo que él quería que yo aportara, entonces empezaba a haber conflictos eh cada vez más fuertes hasta que llego un momento en que yo si contestaba las agresiones, si contestaba tanto las agresiones físicas como las verbales de una forma u otra, yo creo que de esa forma empecé a sacar el coraje que yo sentía que yo tenia con él

E- una situación en la que tú sientas o haber cuéntame como fue una vez que tú hayas expresado todo tú coraje con él

R- pues, pues fue eh creo que fueron varias circunstancias, fueron varias ocasiones una de las que yo recuerdo muy, muy que tengo muy presente fue cuando él este pues andaba con otra persona y este quería que yo continuara como si nada pasara aunque yo ya estaba enterada y él me comento que bueno que si yo ya estaba enterada que él andaba con otra gente que pues que bueno, que ya no había ningún problema , entonces fue la forma en que yo ya empecé a pedir, a exigirle respeto hacia mi, hacia la hija que teníamos y que iba a tomar la decisión de separarme de él, él lo tomo a que pues no era cierto porque yo siempre le vine diciendo todas esas cosas desde años, en 10 años que viví con él siempre, yo creo que desde el primer año se lo estuve manejando y él se daba cuenta que pues yo nunca hacia lo que le decía hasta el momento que pasaron esas situaciones y yo tuve el valor de tomar la decisión y decir bueno pues yo creo que yo considero una vida mejor se que, tenia miedo también de que mi hija

viviera lo que yo ya había vivido de que mi hija pasara todo lo que yo ya había pasado, la vergüenza de no tener un padre, la vergüenza de que mis padres, de que yo, de que a ella le pidieran que fuera sus papás y que ninguno de los dos se presentará, así como yo lo viví, entonces eso me había hecho a que yo me tuviese que aguantar diez años de vivir con ese señor pero cuando se presentó esa oportunidad que te comenté de que bueno él me dijo que tenía otra persona de que yo lo llegue a ver con esta persona entonces este tome la decisión de hacer la demanda de divorcio, de presentarle la demanda de divorcio él todavía me dijo que pues bueno, no me creía realmente él no creía de que yo tuviera la valentía de tomar y hacerlo, cumplirlo hasta que bueno si, **yo creo que el coraje, el sentimiento, el, la frustración yo creo fue mas que otra cosa, la frustración de que, que nunca había tenido una oportunidad de ser feliz** entonces eso me llevo a tomar esa decisión y lo hice

E- cómo te sentiste una vez que habías tomado la decisión

R- me sentí más segura, me sentía tranquila, me sentía eh yo le pedía a dios muchísimas fuerzas para poder salir adelante porque yo tenía que darle a mi hija algo que yo no tuve algo que, que yo carecí de muchas cosas entonces la visión que tenía en la cabeza era ya no tanto yo, yo me sentía tranquila al..., él irse de la casa yo me sentí muy tranquila me sentí que algo se me quito de encima, que yo podía seguir luchando en lugar de haber sentido tristeza de haber sentido coraje por la pérdida del esposo de que íbamos a llegar a un divorcio yo me sentía muy segura, me sentía muy tranquila y tenía la visión de llegar a ser alguien más y de llegar a crear algo más, un patrimonio para mi hija

E- en cuanto a la relación que tú tienes con tu hija, como podrías describirla

R- la relación, creo que bueno, trate yo de que ella se diera cuenta de que el luchar, el trabajar, mmm era por darle lo mejor a ella, porque ella estuviera bien, porque no ca..., porque no llegara a carecer de nada como yo lo hice a lo mejor bueno pues no es buena, no puedo decir que la relación que yo tengo con mi hija es buena, porque no es cierto ella esta muy dolida igual así como yo, creo que se vuelve a re, se vuelve a vivir, a regresar el mismo patrón el coraje que yo le tenía a mi mamá siento ese coraje de mi hija hacia mí, un tanto porque creo haberle quitado al papá que ella quería, dos el no haberle dado el tiempo si, porque yo tenía que trabajar y tenía que verla y pues yo trataba de darle y que no le faltara nada en alimentos, en vestir ni en nada de eso pero pues si me llevaba tiempo porque yo tenía que trabajar entonces la mayor parte del tiempo pues yo no estaba con ella

E- como te hacia sentir esto

R- me daba mucha tristeza, mucha impotencia, angustia, me daba coraje porque decía dios es que tengo que trabajar porque mi hija no debe de desear algo y yo se lo quiero dar porque, porque yo sabía lo que era desear algo y no tenerlo, entonces ahí pues yo trataba de complacerla y de darle todo lo que ella quería

E. ella alguna vez te comentó que sentía coraje hacia ti

R- si, si

E- como fue que te dijo

R- ah, creo que desde que ella fue una adolescente siempre, siempre hubo conflictos por la razón de que yo no estaba de acuerdo en que ella bajara de calificaciones, en su manera de vestirse, en su manera de ser, en su forma de

comportarse, en que ella no es, no respetaba los permisos entonces siempre había conflictos con ella, cuando yo la reprendía ella me contestaba y me decía eso que, cuando estuviste conmigo yo no te pedí que me dieras, yo lo que necesitaba era el tiempo y tú no me lo diste

E- que sentías tú cuando te decía eso

R- pues sentía **coraje, sentía coraje pero poco a poco fui cayendo en la cuenta de que realmente no hay excusa** no hay excusa para que uno como padre, deba de darles el tiempo de, de darles si quiere uno trabajar si tiene uno trabajo pero hay cinco minutos para decirle o estar cerca de nuestros hijos yo creo que no puedo decir, y tampoco la culpo, tampoco puedo este puedo culparla en que ella tenga coraje conmigo solo le he pedido que trate de entenderme que pues yo hubiera querido estar con ella pero no fue porque no haya querido en lo único que a mi me ha gustado en lo que yo y le he dicho siempre mira debes de estar contenta, debes de sentirte bien porque, pues porque yo en realidad no te deje, no te traje otra persona , no te traje otro padre, otra gente no traje a vivir conmigo a otra persona, porque me interesaba ella, no, trate de darte los mejores estudios en las mejores escuelas que tuvieras todo lo que yo carecí a lo mejor si me faltó el tiempo a lo mejor si me faltó el estar contigo pero este yo creo que ahora pues ella debe de entenderlo de una u otra forma he tratado de hablar con ella, es muy difícil, tiene un carácter muy difícil, siento que es mío, siento que yo lo hice siento que de una u otra forma yo también fui egoísta y no pensé tanto en ella si no que pensé en mí, pero bueno no me case nuevamente no tuve otra pareja no tuve otros hijos a los que ella tuviera, porque yo siempre dije mi hija no tiene que vivir lo que yo viví, ella no tiene que cuidar otros hijos, otros hermanos que a ella no le corresponde hacer, lo que es mi problema es mi problema, yo tengo que sacarla adelante en ese tiempo yo trabajaba en dos lados, eh en la docencia y empecé a trabajar como enfermera me tuve que ir superando porque , porque mi ilusión siempre fue el que, el darle a ella y en el día que yo falte que ella tenga y que no carezca y que no viva arrimada como yo (llora)

E- tú consideras en algún momento (se para la entrevista por el llanto de la entrevistada hasta que ella se repone y puede seguir contestando)

E- no quisieras que ella, ella viviera arrimada en algún momento, tú consideras que en tú caso fue así

R- si, si

E- eso como te hace sentir

R- este lo que pasa es que a nosotros, siempre a mi mamá la corría mi abuelita de la casa le decía que pues ya se fuera a vivir a parte que ya nos llevara porque le causábamos mucho problema con mis tíos con los hijos de mis tíos y que pues ya no nos quería ahí entonces pues yo decía cuando sea grande yo no voy a pasar eso yo no voy a , yo voy a tener mi casa, yo voy a tener lo mío entonces esa siempre fue mi ambición, el tener algo para cuando mi hija fuera grande no viviera lo que yo viví no la limitara tanto como me limitaron a mí, entonces bueno yo creo que como te digo, como te dije hace rato no es justificación el que yo trate decir no estuve con mi hija porque no, a lo mejor no me di el tiempo suficiente para, para estar cerca de ella

E-actualmente que lo veas así como que igual no te diste el tiempo y te enfocaste en otros aspectos como te hace sentir

R- culpable

E- culpable de que

R- culpable de que ella fuese diferente ella, fuese diferente si yo le hubiera dado cariño, si yo le hubiera, si yo hubiera estado más cerca de ella

E- o se a tú hija sería diferente

R- aja a lo mejor diferente si

E-actualmente la relación con ella como es

R-mm, considero que ni buena ni mala si, regular, regular trato de respetar sus puntos de vista, trato de respetar sus decisiones, trato de respetar y de que se respete a mi también si , porque a veces ella llega a la casa a veces no y a veces yo tengo que salir y aunque ella quiera llegar aunque es que yo iba a estar, es que yo iba a ir y si hija pero yo tengo cosas que hacer o sea trato de respetar su, su espacio y sus reglamentos y de esa forma yo le hago ver que también los míos deben de ser respetados

E- actualmente vive contigo

R- no, no vive conmigo

E- o sea se caso

R- se caso y vive a parte

E- hace cuanto tiempo que se caso

R- tiene seis años que se caso

E- como te sentiste tú cuando ella se caso

R- como que mi mundo se acabo verdad, en ese momento sentí que por lo que yo había luchado, por lo que yo había pues, tratado de ser alguien en la vida se había acabado pero creo que, eso pensé en el momento en que se caso a lo mejor un año, dos años puedo decirlo pero con el tiempo me he dado cuenta que, que bueno yo le di en el momento lo que tenia que darle vivió conmigo lo que tenia que vivir y es su momento, es momento de crecer y de dar la educación a sus hijos no, ahora a ella le toca educar y ella a veces me dice -mamá es que a veces tú eres muy, tú eres una persona muy controladora tú quieres controlar mi vida y la de mis hijos-, yo no me considero ser una persona controladora, o tal ves no me estoy dando cuenta verdad, pero yo lo que trato es que ella no caiga en los errores que yo caí, pero creo que estoy equivocada porque ya no me corresponde a mí , le corresponde a ella el tener y equivocarse y pues ella tendrá que pagar por sus equivocaciones

E-tú en algún momento sentiste que tú mama fuera controladora contigo

R- am si, si

E- cómo o en que aspectos

R- en el aspecto del tiempo, en el aspecto de que los novios, en el aspecto de que si nos daba permiso tenía, si tuve novio y si me daba permiso de que lo tuviera media hora y se acabó no más tiempo, vas a salir a tal lado y a tales horas regresas, serían unas diez veces que me darían permiso de salir a algún lado

E- como te sentías tú

R- yo siempre me sentí con el deber de obedecer si, aunque no me gustara aunque yo hubiera querido más tiempo yo nunca le dije porque no me das más tiempo o porque esto o porque nunca, y no me podía pasar cinco minutos del tiempo porque mmm, me gritaba delante de quien fuese y así como le hacia mi abuelita le hacia ella si, y a mí me daba vergüenza que me

evidenciaran delante de alguien entonces trataba de cumplir lo que ella me decía

E- como podrías explicar esa vergüenza

R- que se siente tener vergüenza, me sentía con ganas de llorar, me sentía con ganas de golpear, me sentía con ganas de que no, no, me viera la persona con la que me habían hecho pasar esa pena no, esa vergüenza

E- lo hiciste alguna vez

R- no, nunca, no

E- alguna situación que tú recuerdes muy significativa con alguno de tus novios en la que hayas sentido que ella se vio muy controladora

R- si en una ocasión que me dejó ir a, ahora con el que es mi esposo, con el que fue mi esposo este me dejó salir al cine y eso, me iría yo de aquí como a las seis de la tarde, entonces las películas tardan como dos horas, más o menos, entonces yo venía con otra amiga con un novio y veníamos los cuatro, entonces veníamos y nos habíamos pasado como por diez minutos, eran las ocho y diez, yo salí de aquí a las seis y llegué como ocho y diez aquí venía yo en el camino, entonces mi mamá ya me iba a buscar entonces este delante de él me dio una bofetada, me pegó en la cara este y yo traía un cuadro que él me había regalado y me, me lo aventó me lo rompió y me, me jaló de los cabellos y me dijo que me tenía que subir que tenía que ella me había dado permiso un tiempo y yo no iba a hacer lo que yo quería, entonces pues yo en ese momento digo pues bueno, ya no le comente no conteste nada o sea pensé que ella tenía derecho que la que estaba fallando era yo por no estar obedeciendo lo que ella me había dicho

E- cuál es la situación más difícil a la que tú te has enfrentado en toda tu vida

R- mmm, pues creo que la relación más difícil en la que yo me he enfrentado toda mi vida ha sido el tener que darme cuenta el tener, ay, el tener que comunicarme con mi hija que me entienda, el que me, que se de cuenta que en realidad lo que yo le digo no se lo digo para lastimarla, ni para ofenderla ni para meterme en su vida sino porque no está bien lo que ella a veces hace si, creo que esa es la relación más fuerte que tengo a la que yo me he enfrentado siempre, en que ella es a veces una persona muy grosera, en que no se da cuenta que lastima a los demás en que no mide consecuencias, en que ella cree, yo me he llegado a pensar que a veces yo me veo como la hija y ella es la mamá si, y ella siento no se a lo mejor no puedo decir que ella me tenga que querer porque a lo mejor no me lo he ganado (comienza a llorar), pero creo que siempre como yo le he dicho, te guste o no te guste soy tú madre y me tienes que respetar, entonces creo que si hubiera un poco de respeto serían diferentes si, pero ella, ella, cuando se enoja ella es muy grosera me ha llegado a correr de su casa creo que fue lo más difícil que he pasado, en que nunca me lo espere en que tuve que, eran las cinco de la mañana y ella me corrió de su casa por situaciones de que pues yo me metía en la forma como trataba a los niños de que estaban enfermos y de que yo le pedía que les pusiera más atención, entonces creo que ese fue el conflicto más fuerte para mí el más doloroso, el que ella de quien yo no pensé que me fuera a tratar así lo hiciera (deja de llorar)

E- que sentiste

R- **tristeza, mucha tristeza**

E.- como la expresaste

R- eh pues solo con lágrimas, solo con llanto, nunca le dije, nunca le he dicho que no me parece lo que hace o sea lo que hizo, a lo mejor es muy impulsiva y luego se arrepiente de hacerlo entonces conmigo no es la persona se que se acerca y me dice hay mamá perdóname por lo que hice, o se ano, ella creo que yo tengo la obligación de que aunque me pida o no me pida disculpas yo tengo la obligación de perdonarla y bueno he tratado yo de poner muchos límites, de estar lo menos posible cerca de ella, para que de esa forma vaya dándose cuenta que pues bueno de una forma u otra me debe respeto

E- siente que ha funcionado o como te has sentido tú

R- siento, pues en un principio me dolía mucho, me dolía mucho porque pues es la persona que yo más quiero es mi hija eh pero creo que si me ha funcionado, si me ha funcionado porque he visto que, antes yo la iba a buscar, antes yo los días que yo descansaba yo iba a buscarla pero desde, a partir de aquel conflicto que tuve con ella tan fuerte para mí yo puse muchos límites y ya no fui a buscarla ya no voy a buscarla, si ella viene a verme bien y si no viene a verme también, entonces creo que eso nos ha ayudado tanto a ella como a mí

E- en que forma crees que les ha ayudado

R- en que bueno yo creo que de una forma u otra valorar lo que tenemos no, valorar que bueno que ella es mi hija y yo la necesito y que yo soy su madre y que de una u otra forma me necesita

E- como en que cree que se necesiten las dos

R- pues yo creo que el vernos, el vernos, el platicar el que me comente algún problema que ella tenga o algo que le pase a los niños o a ella misma eh, y bueno pues yo disfruto veo a los niños, la veo a ella

E- cual podrías decir, en base a todas tus experiencias que has tenido, **cual podrías decir tú que es la emoción más frecuente en tu vida**

R- de todo lo que he pasado, creo que la tristeza

E- tu te consideras una persona como, como te podrías describir

R- bueno yo considero que a hoy, a hoy mi persona, mi, mi forma de ser antes a lo mejor si era la de una persona retraída, reprimida, tímida pero considero que de un tiempo hacia acá me siento diferente, me siento libre, me siento, aunque tengo muchos problemas si, pero me siento una persona más segura eh que creo que em, merezco ser feliz, con lo que tengo y con lo que soy si y bueno pues yo me siento bien

E- la tristeza que ha estado tan predominante en tú vida como podrías describirla

R- ahora, em a lo mejor si llega de vez en cuando la nostalgia, eh a veces me siento un poco triste, me siento bueno pues que he hecho con mi vida, me pongo a reflexionar, pero considero que he hecho mucho, considero que bueno aquí dios me puso para ser feliz y lo voy a ser

E- la felicidad o ese ser feliz como crees tú que puedas conseguirlo

R- yo creo que estando bien conmigo misma eso, porque creo que si estoy bien conmigo misma puedo estar bien con los demás, si me acepto yo misma puedo aceptar a los que están a mi alrededor si y pues yo creo que lo más importante no es juzgar a los demás para , no puedo juzgar a nadie si no me juzgo yo misma si, no puedo señalar si no me señalo yo entonces yo creo que he fallado tengo mis detalles, tengo mis cosas pero trato de que sean lo menos, que no se noten tanto no,

E- en cuanto al trabajo, bueno tú mencionas que eres enfermera, que horario cubres tú como enfermera

R- trabajo de lunes a viernes de 8 de la mañana a 4 de la tarde

E- que es lo que tú haces en tu trabajo

R- lo que hago bueno, eh mi trabajo es muy amplio, el área es demasiado amplia porque, porque es operativo, administrativo eh trabajo en la comunidad y trabajo con el personal del hospital y con las usuarias del hospital si, entonces me coordino con varias jurisdicciones este considero que no es demasiado, mucho trabajo el cual me lleva casi todo el tiempo ocupada hasta fines de semana a veces, eh pero me gusta, me gusta mi trabajo, o sea estoy contenta con él

E- como te sientes

R- me siento con mi trabajo, me siento contenta con lo que hago con lo que realizo me siento bien, me siento bien porque , porque me doy cuenta de que estoy haciendo lo que me corresponde hacer que es darle un buen servicio una atención de calidad tanto al personal como a la gente de consulta, como a las usuarias

E- en un día normal imagínate, entras a las 8 sales a las 4, como es tu dinámica

R- como es mi dinámica, bueno pues desde el momento que yo llego, porque mi hora de entrar será a las ocho pero yo a las siete y media ya estoy allá porque , porque se que se presentan muchas cosas se ha dado mucho movimiento al departamento por la razón que se han coordinando muchos biológicos, muchas vacunas que haya para el servicio de todos entonces eh pues son dieciséis programas los que nosotros llevamos y son 16 programas que se tiene que llevar a marcha con las tres este, tanto con comunidad , como con personal y como con las usuarias del hospital entonces este que es tuberculosis, la detección de tuberculosis, la detección de diabetes, de obesidad de hipertensión, de bocio, hay son 16 los programas que llevamos cáncer cérvico uterino , cáncer mamario, entonces se hacen detecciones desde temprano a veces ya me están buscando desde las siete de la mañana entonces bueno yo siete y media ya estoy ya empiezo a hacer detecciones este tanto de diabetes como de si hago papanicolau, o si hago una exploración entonces este eso es de las siete y media hasta las nueve de la mañana y de ahí se viene la vacunación , entonces ya me buscan para la vacunación, se hacen promociones, promoción y difusión del material de las vacunas o de medicamentos que nos hayan dado para, para algún programa por ejemplo si nos dan albendazol este, para infecciones entonces tenemos que hacer la promoción y la difusión salgo a las unidades, que son cinco unidades y o sea a todo el hospital y a consulta externa que hay ese medicamento para que es y si me lo solicitan , empiezo a repartirlo y doy a las unidades, se hace la campaña para que empiecen a desparasitar a las usuarias, entonces si es mucho trabajo pero eso es de un día a veces este me envían a Toluca, tengo que ir a Toluca a conseguir biológico, algún programa por ejemplo del adolescente, llevamos también programa del adolescente este, solicitamos trípticos, se nos pide ahí que hagamos promoción y difusión hacemos platicas, salimos a comunidades se da orientación, **entonces necesitamos a veces más tiempo que un día entonces no hay descanso**, cuando se descansa un poquito que será cuando por ejemplo los lunes es que se la lleva uno más tranquila hay que hacer lo operativo, lo administrativo que es llenas este reportes que son, de 16 programas hay que llenar y entregar los días 25 se hace corte y el 26 tenemos

que entregar reportes tanto a Teotihuacan como a Toluca, entonces es mucho trabajo pero yo creo que estoy contenta con lo que estoy haciendo

E- en cuanto a la expectativa que tienes de tú vida cual es, cual es tú proyecto de vida

R- mi proyecto de vida creo que es, el para mi misma, conmigo mi compromiso que tengo es ahorita la perspectiva que yo tengo para mí es llegar a una especialidad tengo el deseo y tengo en mente que voy a hacerlo este, salirme de aquí cambiarme de trabajo llegar a otro lado, creo que en otro lado me necesitan yo creo que he dicho voy a estar aquí en el momento en el que se me necesite cuando ya tenga que partir voy a irme entonces he pedido, he solicitado mi cambio varias veces, no me lo han dado, yo creo que no he terminado de hacer lo que tengo que hacer aquí , entonces es terminar una carrera, tengo la carrera ya, llegar a una licenciatura y pues yo creo que me lleno con eso, yo me alimento con eso me divierto, también me divierto salimos con las compañeras a algún lugar vamos a comer , vamos a tomar un café y eso me alimenta, eso me hace sentir bien, el convivir con diferentes personas he tenido, tengo la oportunidad de, de convivir con médicos de diferentes instituciones con enfermeras he ido a congresos, entonces yo creo que todo eso me hace sentir bien de alguna forma

E- en cuanto a las relaciones que llevas con tus compañeros de trabajo como son

R- mm bueno con los compañeros que yo tengo en mi departamento es buena dentro de todo considero que bueno tenemos nuestros diferentes criterios pero nos acatamos a llevar lo mejor para el bienestar de los demás eh con los de los demás considero que trato de ser, de usar mucho la diplomacia de llevármela tranquila porque no puedo cambiar todo el hospital, tenemos diferentes formas de pensar, pensamos diferente y actuamos de forma diferente entonces he tratado de respetar para , para no hacer conflictos porque en el lugar donde yo estoy creo que tengo que convivir con todo el mundo así sea con el que sea tengo que hacerlo entonces trato de llevármela tranquila

E- que emoción experimentas con las relaciones que llevas en tu trabajo

R- pues a veces bu, a veces me considero, a veces si considero que me llevo satisfacciones que logro cosas buenas que me siento **contenta a veces me siento frustrada** por la razón de que nosotros bueno yo en lo personal trato de conseguir hasta lo que no hemos tenido en el hospital para darle a los demás y como que a los demás no les interesa como que hay., o sea como que hay, o sea lo mismo entonces si como que se me hace mm, frustrante para mi como que no tiene caso me levanto y vuelvo a emprenderme, me levanto y le hecho ganas y otra vez trato de, considero que mientras yo me sienta contenta conmigo, con lo que yo estoy haciendo no importa que los demás no estén contentos

E- y cuando sientes esa frustración como la expresas o como

R- con desgano, con desgano o sea con apatía no hago nada, o sea no, no me interesa ni consigo nada, así es como yo lo expreso o sea no me interesa hacer nada ni lo voy a hacer, no vamos a hacer nada entonces, pero como que yo no me siento contenta o sea no me siento bien conmigo misma y empiezo, **yo tengo que estar haciendo algo estar dando algo para poder yo sentirme bien**

E- en cuanto a la escolaridad como fueron los años de escuela

R- pues yo creo que de lucha siempre, de lucha siempre por salir bien o sea de lucha siempre por, por no reprobamos ninguna materia por traer buenas calificaciones, o sea de trabajo y de lucha

E- las relaciones con tus compañeros

R- creo que fueron buenas, tanto en la primaria como en la secundaria y en la ahora carrera fueron buenas, fueron buenas porque em , siempre fui amiguera con mis compañeros eh nos peleábamos porque no nos gustaban algunos juegos pero al rato ya estábamos juntos no hubo rivalidades así de que nos dejáramos de hablar no, en realidad no, no había de eso

E- en tu casa cuanto tiempo pasas en ella

R- en mi casa pues cuando estoy de vacaciones trato de pasar a lo mejor una semana, cinco días serán en mi casa pero casi por lo regular no, nada más llevo a dormir

E- en donde duermes donde está tu habitación

R- en la planta alta

E- tu trabajo es un edificio

R- no, en donde trabajo es una planta baja

E- cuales son tus medios de transporte

R- ha pues la combi

E- cuanto tiempo pasa en al combi o para desplazarte que tanto lo haces caminando

R- como 15 minutos

E- en cuanto a tu trabajo estas sentada en un lugar o te desplazas

R- mm pues un rato si estoy sentada en un lugar cuando tengo que hacer lo administrativo, pero cuando tengo que hacer lo operativo me desplazo por todo el hospital

E-entonces en donde estas la mayor parte del tiempo

R- estoy en diferentes áreas

E- en cuanto a la enfermedad me dices que tiene como unos diez años más o menos

R- aja, de que me la diagnosticaron tendrá como 15 años, que ha cedido un poquito tendrás de 8 o 9 años, de 10 a 9 años para acá

E- que ya no tienes tanto malestar

R-que ya no tengo tanto malestar

E- hace quince años si era muy fuerte

R- aja

E- que pasó cuando te dio el dolor que hiciste a quien le dijiste

R- pues yo comentaba con, pues ahí me acercaba con algún médico no,

E- ya estabas en ese trabajo

R- ya estaba en el trabajo aja, entonces yo me acercaba con algún médico yo le decía que tenía este problema ya me daban cualquier analgésico o cualquier pastilla y me calmaba, pero continuaba entonces hasta que me tuve que ir al ISSTE y me tuvieron que este a mandar a hacerme dos endoscopias para saber, me mandaron a especialidades y de especialidades me mandaron a hacerme dos endoscopias para ver como estaba entonces vieron que era una gastritis muy erosiva me recomendaron mucha tranquilidad este comer muchas verduras y todo eso y me mandaron ranitidina

E- tú consideras que en ese momento no había tranquilidad en tú vida

R- yo creo **que no he, no había aceptado, no había aceptado estaba como en una lucha constante con todo, o sea yo estaba enojada con la vida que había llevado, estaba enojada con, con toda la gente a mi alrededor pero en realidad de 10 años para acá yo creo que he aceptado me he dado cuenta y digo bueno yo creo que las cosas fueron por algo no debo de estar enojada con nadie y yo creo que para ser feliz yo, debo de aceptar lo que viví de una u otra forma por algo lo viví**

E- en cuanto a ese enojo y esa lucha contra quien era, contra quienes era o contra que cosas

R- **pues con los que me hacían daño, con los que me reprimían, en ese aspecto pues fue mi abuelita, fue mi mamá**

E- tú como te diste cuenta de ese enojo

R- como me di cuenta, pues yo creo que me ayudo mucho el tener diferentes compañeros no, diferentes compañeras que me orientaron y me ayudaron a darme cuenta en realidad de que quien me estaba dañando más pues era yo, con todas esas emociones encontradas y que no encontraba la forma de salir y el hablar no, el tener la oportunidad de poder expresar y llorar y llorar y llorar por todo lo que yo traía reprimido de años dentro de mí

E- había sido algo que nunca habías hecho

R- nunca jamás, jamás

E- en cuanto al por qué tu enfermaste de gastritis tú porque crees que te dio gastritis

R- bueno yo creo que vivir tan reprimida como yo estuve, el haberme callado todo lo que yo tenía que haber dicho de alguna forma pero no, no, nos lo permitían hacer, entonces creo que considero y todo eso me hizo volverme así como rebelde como, como que estaba en contra de, ya después de que me case y todo eso como que me volví así muy enojona y como que el no aceptar los lineamientos que me ponían mi esposo no, el poder contestar

E- algo que habías hecho antes

R- nunca

E- cuando sientes algún dolor de gastritis que hacías a quien le decías

R- bueno ya le decía a mi mamá, le comentaba a mi mamá y me decía mi mamá - bueno ahora que haremos- este pues si ella sabia algo que me tomara pues me lo daba y si no pues me acompañaba en ocasiones al médico y pues ya el médico me daba o me inyectaba lo que el creía que me iba a calmar

E- consideras que esto afectaba de alguna forma a tú familia

R- pienso que si

E- en que aspecto

R- pues en todo lo que viví en todo lo que pase, en todo lo que me hicieron, en todo lo que vivé ahí y no pude decir yo un no

E- tú enfermedad crees que les haya afectado

R- pues considero que no, considero que no

E- por que no

R- pues no porque bueno a lo mejor bueno se enfermo pero no le daban tanta importancia si o sea se enfermo pues a ver con que se calma y ya

E- quien crees que no le daba importancia

R- pues yo creo que nadie

E- cómo te hacía sentir eso

R- pues yo creo que como ya estaba tan acostumbrada a que siempre había sido así yo ya no le daba mucha importancia a que si me hacían o no me hacían caso

E- tú sientes eso

R- aja

E- en cuanto, bueno tu comentabas que eres creyente de la religión católica tú como vives tú religión

R- bueno yo considero, yo creo que siempre he respetado yo no, no me gusta a mí estar todo el tiempo en la iglesia creo en dios, creo que existe porque nada se mueve sin su voluntad creo firmemente en todo lo que mi mamá me enseñó verdad, mi abuela me enseñó en creer en alguien, en , porque estoy aquí por alguien pero este yo no estoy tan cerca de la iglesia yo no me considero estar todo el tiempo ahí, ni cada ocho días no, pero me gusta respetar, creo, amo a Dios este, se que existe en cada uno de nosotros, en mí si, este pues yo creo no, considero que no hay algo mejor que creer en él y que exista nada u otra cosa superior a él , para mí él es lo máximo

E- en cuanto dices que todo es voluntad de dios tú crees que él haya tenido algo que ver en tú enfermedad o en las enfermedades que tú has pasado

R- no, no porque bueno yo creo que es uno mismo él no nos dice que nos dañemos ni el nos permite, yo creo que para nosotros no quiere lo malo, él no quiere que vengamos, él no nos trajo aquí a sufrir, nos puso aquí para ser felices, entonces yo no considero que dios sea culpable porque yo me haya enfermado no

E- en cuanto al género femenino tú como te sientes con el ser mujer

R- me siento bien, si considero que bueno, me gusta, a mi me gusta vestirme, arreglarme, ponerme pantalón, mañana que una falda pasado, yo soy así, a mí me gusta que me pinte ahora, que me corte el pelo de una forma o sea me siento contenta con ser mujer

E- ese sentirte contenta como tú crees que lo expresas

R- en mi forma de ser

E- en cuanto a tú cuerpo tú como lo consideras

R- ahh, pues yo creo que mi cuerpo es mi templo si y trato de tenerlo lo mejor que pueda me gusta o sea trato de cuidarme, trato de tomar lo que yo creo, o que me dice que debo de tomar para estar bien o sea trato de todos los medios estar bien

E- porque dices que es tú templo

R- es mi templo porque, porque es donde vivo donde existo

E- siempre lo has pensado así

R- no

E- a partir de que momento

R- a partir de unos 10 años para acá que yo tuve la conciencia de ver y darme cuenta que no era, que no había venido a sufrir aquí y que tenía que enfrentarme a todos mis errores y que tenía que superarlos

E- que fue lo que te hizo pensarlo

R-el haber, bueno yo creo que me ayudo el haberlo hablado el , me ayudo el haberme preparado, el haberme preparado en muchos aspectos tanto psicológico, emocional, me he preparado entonces yo considero que eso para mí fue fundamental y lo que ,así me pudo haber ayudado fue que estudie tanatología y

me ayudaron a enfrentarme conmigo misma con mi gente y eso fue lo que me ayudo creo que fue lo que rompió lo que me ayudo a romper todas las barreras que yo tenia enfrente fue la base principal

E- de ahí a la fecha te has cuidado

R- si y he tratado de superarme y de continuarme, asisto a diferentes diplomados, convivo con diferente gente que creo que me van ayudar que creo que en lugar de perjudicarme van a aportarme cosas buenas

E- sería todo gracias.

NOTA: Durante la entrevista la participante se mostró alterada respecto a algunas preguntas, movía constantemente las manos y lloro en algunos fragmentos de la misma principalmente aquellos que hablaban de su niñez y de la relación con su familia, la disposición ante la sesión fue buena se recabó la mayor parte de la información.