



ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
PSICOLOGÍA

**"La anorexia, en la mujer, como producto de un sistema patriarcal
imperante: un análisis desde la psicología profunda de Jung"**

**Trabajo de Titulación presentado en conformidad a los requisitos para
obtener el título de psicóloga clínica**

Profesor Guía: Gino Naranjo

Isabel María Arroyo Guarderas

2009

Quito

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

Declaro haber dirigido este trabajo a través de reuniones periódicas con la estudiante orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema y tomando en cuenta la Guía de Trabajos de Titulación correspondiente.

Gino Naranjo
Psicoterapeuta
Cédula 1710430487

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.

Isabel María Arroyo Guarderas

AGRADECIMIENTOS

La realización exitosa de la presente investigación ha sido posible gracias a la participación desinteresada del Dr. Francisco Prado por su valiosa colaboración y conocimientos sobre el tema tratado. Y, al Dr. Gino Naranjo por su orientación y esfuerzo para con la meta de este trabajo.

Isabel

DEDICATORIA

A mi madre por su apoyo y comprensión incondicional. Gracias a ella he aprendido la importancia que tiene la persistencia, disciplina y pasión en mi vida.

Isabel

RESUMEN

La anorexia en la actualidad es una sintomatología influenciada por varios factores, sin embargo, la presente investigación hace referencia a la causa más profunda y primitiva para el apareamiento de la misma que se enraíza en lo psíquico.

En base a la psicología profunda de Jung se podría pensar que el impacto generado entre el arquetipo materno-paterno y la experiencia personal del individuo determina la formación de un complejo que con su fuerza podría llegar a dominar la personalidad del individuo en su totalidad. En consecuencia de lo anterior se provoca un desequilibrio a nivel psíquico expresado a través de un síntoma físico.

La sociedad se vale tanto de los medios de comunicación como de la familia para transmitir mensajes que enfatizan valores de eficacia, perfección y competitividad propios de un sistema patriarcal minimizando la importancia de las características y expresiones femeninas.

ABSTRACT

Now a day, Anorexia is a symptom influenced by many factors, even though; the present investigation refers to a deeper and a more primitive cause for its appearance, which lies in the psyche.

According to Jung, it could be thought that the impact generated by the mother – father archetype and the personal experience of the human being, determine the formation of a complex, that with its force could completely dominate the human being's personality. As a consequence of this, an unbalance of the psychic level is produced, and is expressed through a physical symptom.

Society takes advantage of the media, and of the family, so as to send messages that emphasize values of efficiency, perfection and competence, which are the very core part of a patriarchal system, minimizing the importance of feminine values and expressions.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
---------------------------	-----------

CAPÍTULO I

1 CARL GUSTAV JUNG.....	14
1.1 CARL GUSTAV JUNG, COMO UNO DE LOS REPRESENTANTES DEL NUEVO PARADIGMA DE LAS CIENCIAS	14
1.1.1 La Psique	16
1.1.2 La Consciencia y el Ego	17
1.1.3 El Inconsciente Personal.....	19
1.1.3.1 Los Complejos.....	22
1.1.4 El Inconsciente Colectivo.....	24
1.1.4.1 Los Arquetipos	26
1.1.4.1.1 La Persona	27
1.1.4.1.2 La Sombra.....	29
1.1.4.1.3 El Ánimus y Anima.....	32
1.1.4.1.4 El Si Mismo	34
1.1.5 Proceso de Individuación.....	36

CAPÍTULO II

2 CONSCIENCIA MATRIARCAL	40
2.1 CARACTERÍSTICAS DE LA CONSCIENCIA MATRIARCAL.....	40
2.1.1 Nacimiento de la Diosa Madre en la Humanidad.....	40
2.1.2 Arquetipo de la Gran Madre	42
2.1.3 Características de Sistemas Matriarcales.....	44
2.1.4 Arquetipos Femeninos	45
2.1.5 La Realización Consciente de los Contenidos Arquetípicos	48

CAPÍTULO III

3	CONSCIENCIA PATRIARCAL	50
3.1	CARACTERÍSTICAS DE LA CONSCIENCIA PATRIARCAL	50
3.1.1	De lo Femenino a lo Masculino.....	50
3.1.2	Arquetipo Masculino o del “Gran Padre”	52
3.1.3	Características de Sistemas Patriarcales	56

CAPÍTULO IV

4	LA ANOREXIA.....	58
4.1	LA ANOREXIA, EN LA MUJER, COMO PRODUCTO DE UN SISTEMA PATRIARCAL	58
4.2	PERSPECTIVAS TEÓRICAS DE LA ANOREXIA.....	61
4.2.1	Perspectiva Biológica.....	61
4.2.2	Perspectiva Psicológica	62
4.2.3	Perspectiva del Círculo Familiar	63
4.2.4	Perspectiva Socio Cultural: La Influencia de la Media	66
4.3	CARACTERÍSTICAS DE LA ANOREXIA.....	68
4.3.1	Aspectos Psicológicos de la Anorexia	68
4.3.2	Complicaciones Médicas y Psicológicas de la Anorexia.....	71
4.3.2.1	Complicaciones Médicas.....	71
4.3.2.2	Complicaciones Psicológicas	74
4.3.3	Distorsiones de Creencias	77
4.3.3.1	Distorsiones de Actitud y Pensamiento	79

CAPÍTULO V

5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	81
5.1	CONCLUSIONES.....	81
5.2	RECOMENDACIONES	83

GLOSARIO 85

BIBLIOGRAFÍA 91

INTRODUCCIÓN

“La anorexia Nervosa es un proceso largo de inanición auto provocada y excesiva pérdida de peso, acompañada de un intenso temor a la gordura y una inexorable búsqueda por adelgazar.” (DSM IV, 1998).

La presente investigación se enfocará exclusivamente a la “Anorexia Nervosa” que quiere decir pérdida de apetito, por orígenes nerviosos.

En la actualidad la anorexia nervosa, ataca no solo a quienes la padecen sino también a sus familias. El número de víctimas aumenta, al igual que la necesidad de información acerca de la enfermedad.

Se presenta generalmente durante la adolescencia o en los primeros años de la edad adulta y es más común en las mujeres, afectando del 1 al 2% de la población femenina. Durante los últimos quince años, las películas, las noticias internacionales y últimamente las locales, se han transformado en un escenario sensacionalista. Los artículos descubren a las celebridades que la padecen sin caer en cuenta que las convierten en un paradigma a seguir para muchos. La anorexia es un infierno para quienes la padecen y un tema sensacionalista y asombroso para los espectadores no afectados.

Con mayor incidencia en la mujer, sin dejar de aparecer casos también en los hombres, las mujeres que sufren de anorexia no necesariamente presentan extrema delgadez. Se caracteriza por un intenso temor a engordar, pues la comida y su relación con el peso es un intento de retomar el control sobre sus conflictos emocionales.

La Organización Mundial de la Salud ha clasificado la anorexia como trastorno mental y del comportamiento. Se presenta como trastorno alimentario, sin embargo sus causas son intra-psíquicas, entre otras. Es una enfermedad psíquica y mental. La atención constante sobre el cuerpo, y el temor intenso a

engordar junto con la falta de control sobre la alimentación, hace que los pensamientos y sentimientos determinen un estado anímico, que generalmente desemboca en una depresión.

El trabajo de investigación, se base en una experiencia cercana de la lucha contra la anorexia, junto con un sustento teórico, científico, que permitan acentuar la importancia de tener al alcance información clara y coherente acerca de teorías que analizan el mensaje que transmite un sistema patriarcal y los impactos del mismo siendo uno de ellos la anorexia. Consecutivamente es necesario revelar la realidad detrás de la obsesión por la delgadez.

Se procura, aportar con un estudio de un posible sistema patriarcal imperante, sobre la base de un análisis en psicología profunda y posteriormente explicar la relación de la misma con la aparición de la anorexia. Se hará énfasis en cómo se comporta la anorexia, cómo se presenta, que la caracteriza y de qué manera va deteriorando no sólo al cuerpo, sino también a la mente.

En las mujeres “esclavas” de esta enfermedad se devela un dolor psíquico intenso, seguido por un marcado deterioro físico y al final de la anorexia está la muerte. Quienes siguen su camino, se ven rodeadas de relaciones conflictivas, aisladas del mundo, avergonzadas de cómo se ven y como se sienten, deprimidas y obsesionadas con la comida. Común entre las mujeres víctimas de dicha enfermedad se encuentra la constante necesidad de aprobación, vergüenza, disgusto consigo mismas, perfeccionismo, rasgos obsesivos compulsivos, alteraciones ansiosas de todo tipo y sentimientos de impotencia junto con “terror” de ser descubiertas.

El objetivo general es ofrecer un análisis a través de la psicología Analítica de C.G. Jung acerca del factor social y de qué manera este puede incidir en el apareamiento de anorexia. Los objetivos específicos son; el dar a conocer las características de dicho sistema, analizar los estilos de vida y valores que ofrece y relacionarlo con la incidencia de aparición de la anorexia en la mujer,

por último, investigar la influencia que tiene sobre el individuo la construcción de estereotipos de la actualidad.

Se considera de vital importancia que las anoréxicas, familiares y población en general tome consciencia y comprenda las causas detrás de la anorexia, entre ellas la influencia que tiene la sociedad sobre la construcción de un estereotipo femenino y los mensajes que la misma trasmite a través de los medios de comunicación.

Posteriormente se explicará con más claridad la forma en que dicho trastorno es una manifestación psíquica inconsciente de un complejo patriarcal mediante el cual la mujer refleja de forma individual la represión de lo femenino manifestado en la sociedad.

Se enfatizará en el alto riesgo existente de exponer a la población a seguir medidas impuestas por dicha sociedad, creando un alto grado de vulnerabilidad, para presentar síntomas adictivos entre ellos la anorexia.

Es claramente un fenómeno cultural, en donde el noventa por ciento de anoréxicas son mujeres. La anorexia ha sido descrita como la enfermedad del siglo veintiuno y como una de las más crueles enfermedades mentales, desgraciadamente no siempre es diagnosticada correctamente, puesto que no se tiene conocimientos de la misma, es por ello la importancia de contar con información clara, coherente y amplia a fin de poder ofrecer a la comunidad tratamientos eficientes, a través de profesionales capaces de abordarla.

En vista de la falta de desarrollo sobre la relación existente entre la psicología profunda y la anorexia como producto de un sistema patriarcal, se realizará un ensayo de aplicación de tal correlación. Se procura hacer un foco de alerta a la sociedad en cuanto al mensaje que este genera y el impacto que tiene, para tomarlo en cuenta en futuras investigaciones.

CAPÍTULO I

1 CARL GUSTAV JUNG

1.1 CARL GUSTAV JUNG, COMO UNO DE LOS REPRESENTANTES DEL NUEVO PARADIGMA DE LAS CIENCIAS

C.G. Jung, “nació el 26 de julio de 1875, en la pequeña aldea de Kesswil, junto al Lago Constance, en la región noroeste de Suiza.” (Hall. C, Nordby. V, 1975) Es considerado uno de los mayores exponentes del nuevo paradigma holístico de las ciencias. Es pertinente explicar que anterior al nuevo paradigma la concepción de las ciencias se caracterizaba por ser mecanicista, fragmentalista, aristotélica, cartesiana y dualista, mientras que la nueva concepción plantea una línea holística integrativa que en el plano de la psicología concibe al ser humano como un ser conformado por partes que interactúan y se influyen entre si integrando una idea anterior que fragmentaba y separaba al ser humano. Jung realiza aportes al nuevo paradigma, reforzando sus planteamientos y demostrando su importancia para comprender el funcionamiento y comportamiento del ser humano y de la humanidad. Según Hall. C. S et al,” Desde la mas temprana infancia Jung tuvo sueños, experiencias y sentimientos que no se atrevía a comunicar a nadie.” Años más tarde, basa sus teorías en el análisis de su vida interior, haciendo referencia al mundo de sueños, experiencias espirituales y visiones.

Indagaba mucho en asuntos referentes a la religión, tuvo conflictos con su padre por esta razón. Después se interesó en la filosofía en la que se veía atraído por los filósofos griegos y en especial Schopenhauer. Se puede describir a Jung como una persona reservada y tímida de tipo introvertido intuitivo, le costaba mucho hacer amigos y compartir sus ideas las cuales eran la mayor parte del tiempo recibidas con burlas y hostilidad. Esto lo tomó como un rechazo, sin embargo no dejó de interesarse en investigar e instruirse en aquellos temas filosóficos y espirituales que tanto le interesaban:

El cuadro que Jung traza de sí mismo durante su juventud es el de un intelectual solitario y libresco, intrigado por cuestiones religiosas y filosóficas y lleno de curiosidad por conocer el mundo. (...) no era un muchacho ordinario. Sin embargo muchos jóvenes de su temperamento no llegan nunca a transformarse en nada extraordinario. A menudo permanecen inmaduros, se tornan neuróticos o malgastan sus vidas en excentricidades.¹

A los veintisiete años, luego de haber seguido una exitosa carrera de medicina, Jung descubre su fascinación por la psiquiatría y cambia de carrera. En diciembre de 1900 Jung tuvo su primer empleo en un hospital mental en Europa como asistente del director, el Dr. Eugen Bleuler², mundialmente reconocido por sus tratamientos de la psicosis y estudios en la esquizofrenia. Años más tarde se hospedó varios meses en Francia donde estudió con el psiquiatra Pierre Janet. Sin embargo quien más influencia tuvo sobre el pensamiento de Jung fue Freud, a quien a pesar de la ruptura siempre siguió sus investigaciones y publicaciones especialmente aquellos acerca de “La interpretación de los sueños”.

En 1903 Jung contrajo matrimonio con Emilie Rauschenbach³ quien fallece en 1955. A sus treinta años en 1905, Jung ingresa como profesor de psiquiatría en la Universidad de Zurich y a la par como médico en la Clínica Psiquiátrica.

Jung muere en 1961, y durante los treinta años siguientes a su muerte se han recopilado, explorado y ampliado sus ideas por varios autores.

A nivel teórico nos interesaremos en la teoría de Jung acerca de los arquetipos y el inconsciente, además de aclarar como funcionan dentro de la psique humana.

¹ Hall, Calvin S; Nordby, Vernon J. (1975) Conceptos Fundamentales de la Psicología de Jung (Cap. 1, pp. 9-11). Buenos Aires: Psique

² Eminent psiquiatra, miembro de la clínica “Burgholzi”, en Zurich. Entre 1903 y 1909, le ofrece a Jung la posibilidad de profundizar sus estudios teóricos en forma experimental en una experiencia psiquiátrica bajo la dirección del Dr, Bleuler

³ Esposa de C.G.Jung, con la cual tuvo cinco hijos, cuatro mujeres y un hombre.

Una de las teorías más interesantes de Jung es la del descubrimiento del inconsciente colectivo, término que describe aquella disposición para producir ciertos contenidos e imágenes arcaicas comunes a toda la humanidad, inclusive aquellas ajenas a la experiencia del individuo. El inconsciente colectivo contiene a los arquetipos, explicados detenidamente más adelante.

1.1.1 La Psique

Psique en griego, se traduce como “alma”, sin embargo en la actualidad significa “mente”, de ahí que la psicología es el estudio del alma o la mente. Para Jung, la psique abarca toda la personalidad del individuo, está compuesta de estructuras que tienen como finalidad encontrar la armonía e interacción permanente logrando una integración de las mismas. Toma en cuenta la conducta, las emociones y pensamientos tanto conscientes como inconscientes. La psique permite que podamos adaptarnos tanto al mundo externo como al interno, además de actuar como aparato regulador. Esto último quiere decir que la psique regula nuestros comportamientos, pensamientos y sentimientos en la manera en que mantienen consistencia y coherencia entre sí. En el caso de encontrarse frente a una situación muy amenazante, la psique entra en desequilibrio causando síntomas como intento de restablecer un nuevo equilibrio. La psique juega un rol fundamental ya que al mismo tiempo de tener la función de autorregulación se ocupa de regular la adaptación del individuo al medio que lo rodea tanto como a las relaciones que establecemos con las demás personas. Jung asegura que llegamos al mundo en un estado de totalidad, sin embargo, a través de las diferentes experiencias, unas más amenazantes que otras, la psique pierde su equilibrio y empieza a fragmentarse creando conflictos internos que el individuo debe resolver y atender. Jung expresa, que el “hombre no lucha por su integridad; él ya la tiene, nace con ella.” (Hall. C, Nordby. V, 1975). En el transcurso de la vida el hombre debe trabajar en hacer conscientes contenidos inconscientes para lograr su integración, dirigiéndola hacia la diferenciación, término que utiliza Jung para describir el proceso que llevará al individuo a conseguir el desarrollo de su

personalidad individual, evitando la fragmentación de la personalidad en “sistemas separados, autónomos y conflictivos.” (Hall. C, Nordby. V, 1975).

El objetivo terapéutico de Jung consistía en ayudar a la gente a rescatar esa integridad, por medio del trabajo de hacer consciencia, además de reforzar la psique para prevenir futuras fragmentaciones que pueden resultar en una disociación de personalidad, lo que Jung llamaba una personalidad deformada. Mas adelante vamos a revisar en detalle los elementos o niveles que conforman la psique entre los que se encuentran: la consciencia, el inconsciente personal y el inconsciente colectivo.

1.1.2 La Consciencia y el Ego

El Ego se manifiesta a temprana edad en donde el niño reconoce a sus padres y algunos objetos de su alrededor.

La consciencia está compuesta por percepciones, recuerdos, pensamientos y sentimientos conscientes y la organización de la misma es denominada Ego.

El Ego, sujeto de la consciencia, nace como una cantidad compleja formada en parte por la disposición heredada (componentes del carácter) y en parte por las impresiones adquiridas inconscientemente y sus fenómenos concomitantes.⁴

A pesar de ocupar una pequeña porción de la psique, el ego cumple una función fundamental de selección de información entrante. A diario los individuos reciben constantes estímulos del mundo externo, de las cuales no todas son codificadas por la consciencia ya que el ego se encarga de eliminar ciertas experiencias antes de permitir su acceso a la misma. El ego es un complejo que se asienta en el centro de la consciencia. Su importancia se debe a que de otra manera estaríamos inundados de información innecesaria. Además de discriminar la información entrante, “el ego provee la identidad y la continuidad de una personalidad, porque con la selección y eliminación del

⁴ “Analytical Psychology and Education”, CW 17. (pp. 169) (Traducción personal)

material psíquico el ego puede mantener una cualidad continua de coherencia en la personalidad individual.”(Hall. C, Nordby. V, 1975) ¿En qué se basa la selección del ego para rechazar y aceptar la información entrante? Depende de la personalidad del individuo. “Si una persona es del tipo sentimental, el ego permitirá que entren en la consciencia mas experiencias emocionales. Si es del tipo pensante, los pensamientos serán admitidos mas prontamente en la consciencia que los sentimientos” (Hall. C, Nordby. V, 1975). En la medida en que la experiencia provoque ansiedad, estimulará al ego, ya sea para rechazar o admitir determinada experiencia. Habitualmente las experiencias que despiertan ansiedad son aquellas que se rechazan por la consciencia o a aquellas que alimentan un complejo, cuestión que explicaremos mas adelante.

El proceso mediante el cual el niño capta el mundo que lo rodea necesita de cuatro funciones mentales propuestas por Jung, denominadas: pensamiento, sentimiento, sensación e intuición. Generalmente el niño no utiliza las cuatro funciones en las mismas proporciones, dependiendo de cual de estas funciones sea utilizada en mayor medida será la función que determinará su carácter, diferenciándolo de otros niños. En otras palabras el niño en que predomina el tipo sentimiento posee un carácter muy distinto con respecto de otro niño que es de tipo pensamiento. La tipología de Jung se define como:

Sistema en que las actitudes y patrones de conducta individuales se categorizan en un intento de explicar las diferencias entre las personas. El modelo de tipología de Jung nació después de una extensa revisión histórica en relación a los tipos en la literatura, mitología, estética, filosofía y sicopatología. Mientras las primeras clasificaciones se basaron en la observación de patrones de conducta temperamentales o fisiológicos, el modelo Jungiano se centró en el movimiento de la energía y en la forma en que habitual o preferentemente nos orientamos en el mundo.⁵

Además de las funciones de: pensamiento, sentimiento, sensación e intuición, existen dos actitudes, la introversión y la extraversión que determinan la orientación de la mente consciente. Un individuo introvertido es aquel que

⁵ Sharp, D. (1994). Lexicon Jungiano: Compendio de términos y conceptos de la psicología de Carl Gustav Jung (pp. 195-196). Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

orienta su consciencia hacia el mundo interior, mientras que el extrovertido orienta su consciencia hacia el mundo exterior. A través de identificar la actitud predominante en el individuo se puede determinar el tipo de síntoma que desarrollará el mismo en caso de experimentar un desequilibrio psíquico. Por ejemplo, en el caso de una mujer que sufre de anorexia nerviosa se puede observar que sus síntomas son dirigidos hacia el mundo interno, con una enorme dificultad de expresar hacia el mundo externo sus sentimientos, pensamientos y dolencias. La anorexia nerviosa es un tipo de patología dentro de los desordenes de la alimentación y se observa que quienes la padecen en su mayoría son mujeres introvertidas.

1.1.3 El Inconsciente Personal

Las experiencias que no tienen reconocimiento del ego no desaparecen, se almacenan en el inconsciente personal. En otras palabras todo aquello que no es captado por la consciencia, es guardado en el inconsciente personal. Es un nivel mental que contiene todas aquellas actividades que no tuvieron acceso a la mente consciente, sin embargo esto no quiere decir que dejan de existir. Los contenidos del inconsciente personal, incluyen experiencias reprimidas o rechazadas por ser muy dolorosas o amenazantes para el equilibrio psíquico del individuo, problemas sin resolver, conflictos personales, morales, material subliminal, (todo aquel material captado por el campo de consciencia pero no por el ego). Son experiencias a menudo olvidadas ya que carecen de importancia en la situación de ese momento o son demasiado débiles para permanecer presentes.

En síntesis, todas aquellas experiencias que son demasiado débiles tanto para entrar como para permanecer en la consciencia se almacenan en el inconsciente personal. En caso de ser necesario es posible acceder a esta información por medio de la consciencia. Por ejemplo una mujer que presenta problemas de autoestima, empieza a hacer un proceso introspectivo en el que se remite a experiencias que pudieron haberle enseñado a despreciarse de la

manera en que lo hace ahora, de pronto descubre que cuando era pequeña su madre le señalaba todo el tiempo, que nada de lo que ella hacía era suficiente, que además estaba gorda y necesitaba hacer ejercicio. Es una experiencia que puede ser muy común para muchos sin tener un sentido en la actualidad, sin embargo existe información de experiencias con el mundo externo que dejan huellas en el individuo sin que este se lo imagine. En el ejemplo anterior vemos claramente como una experiencia que fue amenazante para la mujer fue almacenada en el inconsciente personal, negando su entrada a la consciencia, fue una experiencia carente de sentido en el momento en que ocurrió sin embargo al pasar de los años la mujer rescata la experiencia que además se carga de grandes significados para explicar una situación presente, en este caso su problema de autoestima.

En el caso de la anorexia, generalmente en la etapa inicial de la enfermedad existe una negación acerca de presentar comportamientos desordenados con respecto a la alimentación y junto con esto se suma la dificultad para recordar ciertos eventos del pasado y experiencias que pueden ser fundamentales para comprender parte de la presencia del desorden alimenticio.

Se observa que durante el proceso psicológico con una paciente anoréxica, existe mucha resistencia al tocar ciertos temas de su infancia, en especial temas referentes a la relación con los padres y más específicamente con la madre, lo que nos da una primera pista. Este es un elemento básico en el desarrollo de este trabajo puesto que de aquí partiremos para exponer los fundamentos para sustentar que la anorexia se caracteriza por tratarse de un complejo paterno, siendo simbólicamente la sociedad su mayor representante.

Retomando la explicación del contenido del inconsciente personal es importante mencionar que ciertos datos son solamente recordados o evocados cuando se los necesita. Por ejemplo, no tengo siempre presente el número de teléfono de mis dos buenas amigas sin embargo cuando necesito comunicarme con ellas acudo a mi inconsciente personal para evocar dicha información. Y

por ultimo, puede suceder que son experiencias que ocurren durante el día, carentes de importancia, empero en la noche aparecen en los sueños e inclusive en fantasías. Según Daryl Sharp, autor de varios libros sobre la obra de C.G. Jung, las fantasías son: “un conjunto de ideas o actividad imaginativa que expresa el flujo de la energía psíquica.” (Sharp, 1994).

Una fantasía debe ser comprendida tanto por su causa como por su propósito. En la interpretación causal, se revela como un síntoma de un estado fisiológico, el resultado de eventos anteriores. En la interpretación de su propósito, se revela como un símbolo que intenta caracterizar una meta definida con la ayuda del material disponible, o trazar una línea de futuro desarrollo psicológico.⁶

La psique es un sistema de autorregulación, busca siempre la manera de estar en equilibrio, defendiéndose de experiencias que pueden resultar amenazantes para su homeostasis. Acabamos de explicar el inconsciente personal como un armario donde se almacena todo contenido que puede resultar estresante para la psique. Su función es negar el acceso del contenido a la consciencia, sin embargo es posible recuperarlo en caso de ser necesario a lo largo de nuestras vidas. El material o contenido del inconsciente personal se lo puede comparar con piezas de un rompecabezas, piezas que han sido detenidas negando su acceso a la consciencia, porque han sido muy difíciles de comprender, muy complejas, causan angustia, provocan sentimientos intensos o resultan peligrosos para el desarrollo del individuo en ese determinado momento.

Según C.G.Jung, “el inconsciente personal de alguna forma, equivale al Inconsciente freudiano, o a su concepto de sombra con los contenidos (instintos o pulsiones) que han sido incompatibles con las normas y exigencias morales que impone al cultura.”(C.G.Jung, 1986).

A pesar de que los contenidos en el inconsciente personal aún no están en la consciencia siguen habitando en la psique humana, lo que quiere decir que en algún momento se harán presentes en la vida ya sea en forma de síntomas

⁶ Sharp, D. (1994). Op. cit. (pp.73-74). Santiago de Chile: Cuatro Vientos

cuando estos no reciben la atención que se merecen o como obstáculos al no dejarnos funcionar de forma íntegra. El síntoma anoréxico muestra que está fallando el funcionamiento de la psique, de que existe descompensación y desequilibrio. Más adelante se explicará como la anorexia es producto de un conflicto interno que tiene sus raíces en la formación de un complejo dentro del inconsciente personal relacionado directamente con el arquetipo materno y paterno.

Al pasar de los años al individuo se le presenta una experiencia en la que necesita recuperar contenidos o piezas de rompecabezas de su psique, para poder comprender mejor lo que le está sucediendo. En ese preciso momento la psique acude al inconsciente personal con el fin de recuperar esas piezas que, si bien no tuvieron sentido antes recobran sentido en la actualidad, ayudando al individuo a completar su rompecabezas de vida y dar un significado a sus experiencias o condición en la que se encuentra. En el tratamiento de anorexia es necesario acudir al inconsciente para recuperar todo aquel contenido que puede tener un sentido en el presente y aclarar muchas situaciones que son claves para que la anoréxica comprenda la significación de su trastorno.

1.1.3.1 Los Complejos

A través del test de asociación de palabras, Jung tuvo la primera sospecha de la existencia de los complejos. El test consiste en leer una lista de palabras al paciente. Después de cada palabra, el paciente debe responder con la primera palabra que viene a su mente, en el menor tiempo posible. Se encontró que en ocasiones el paciente se tomaba algún tiempo en responder, se le preguntaba la razón de su demora y en su explicación se identificaba una emoción intensa e inconsciente que provocaba tal inhibición. Las emociones que aparecían como producto de la demora hizo pensar a Jung, que además de la palabra que había provocado la demora, todas aquellas que de alguna manera se relacionaban con esta palabra provocaban la misma reacción, por lo que concluye que debe haber una red de asociaciones de sentimientos,

pensamientos y recuerdos en el inconsciente y que una vez que se activa uno de ellos estos pueden activarse entre sí.

Originalmente, Jung creó el término “complejo de resonancia afectiva” que más tarde se redujo a “complejo”, para designar un conjunto de contenidos mentales inconscientes sumidos en un clima afectivo extraño e incluso doloroso, el cual prolongaba el tiempo de reacción en el test de asociación. El complejo y sus efectos emocionales se convirtieron en el concepto central Junguiano, originalmente con el nombre de “psicología del complejo”, actualmente conocida como Psicología Analítica. Muchas “escuelas” psicológicas acabaron por adoptar el término “complejo” creado por Jung.

Según Hall. C et al, “un interesante e importante rasgo del inconsciente personal es que grupos de contenidos pueden unirse hasta formar un racimo o constelación. Jung los llamo complejos.” Concluyó que cualquier palabra, del test de asociación, que tocaba ese complejo se evidenciaba como una respuesta demorada. Los complejos se definen como el conjunto de imágenes, emociones, vivencias, experiencias y sensaciones asociadas a un mismo tema. Es importante mencionar que la materia prima de los contenidos del inconsciente personal se activa a través de las experiencias conscientes del individuo. Por ejemplo, el conjunto de imágenes, emociones, vivencias, experiencias y sensaciones asociadas con el tema de la madre forman constelaciones, estas últimas se agrupan o aglomeran alrededor del arquetipo materno. Según la psicología profunda, la anorexia puede ser explicada como el resultado de un complejo materno y paterno. Como se ha explicado, la formación del complejo parte del contacto con la realidad, donde se forman experiencias, vivencias, sentimientos, sensaciones e imágenes conscientes que se agrupan para formar los llamados complejos, pudiendo ser positivos o negativos.

Jung investigó la relación que existe entre el origen de los complejos y la fragmentación total o parcial que se observa en la personalidad como producto de trastornos nerviosos.

Los complejos poseen sus propias características, tienen su propia fuerza hasta llegar a controlar la conducta, convirtiéndose entonces en entidades autónomas. El individuo no posee un complejo el complejo lo posee a él.

Los conflictos psíquicos liberan energía dentro de la psique, energía que posteriormente ejerce un poder de atracción agrupando contenidos psíquicos que tengan relación con el tema del complejo, formando una constelación. Por ejemplo en el caso de la mujer con problemas en su autoestima, es una mujer que después de haber recibido mensajes de sus padres de que no sirve para nada, que no logra cumplir con nada de lo que se propone, hará que las experiencias que ocurran en el transcurso del tiempo tengan el mismo significado para ella, es decir, encajará las experiencias posteriores como extensiones de lo vivido con sus padres.

Al ser autónomos y poseer su propia energía, los complejos se separan de la personalidad total, convirtiéndose en “sistemas parciales autónomos”, funcionando como pequeñas personalidades dentro de una personalidad más grande.

1.1.4 El Inconsciente Colectivo

Los primeros estudios del inconsciente fueron realizados por Sigmund Freud en 1890, Jung como discípulo del mismo, conocía de sus estudios y continúa desarrollándolos independientemente.

Los contenidos del inconsciente colectivo son imágenes universales y primordiales, a las que Jung llamo arquetipos.

A los treinta años Jung había hecho los descubrimientos acerca de la psique y sus elementos cosa que atraería la atención tanto del mundo de la psicología como de la psiquiatría.

Comprueba que tanto la mente consciente como la inconsciente se originan a partir de la experiencia. En este punto es necesario mencionar que Freud sostenía que la represión de las experiencias traumáticas de la infancia era contenida en el inconsciente, sin embargo Jung modificó la concepción determinista de Freud comprobando que la heliografía tanto de la psique como del cuerpo está determinado por la evolución y la herencia. El descubrimiento del inconsciente colectivo tiene sus inicios a partir de lo anteriormente mencionado, dando un paso gigantesco para la psicología de ese tiempo.

La mente, contenida en la parte física del cerebro ha heredado ciertas características que determinan la manera en que reaccionará ante las experiencias de la vida y más aun determinan el tipo de experiencias que tendrá. Es un aporte importante para la historia de la psicología, Jung no solo descubre los elementos que conforman la psique sino que además darán la explicación acerca del por qué ciertos individuos eligen y atraen ciertas experiencias, por qué el cuerpo recurre a unos síntomas y no a otros para su expresión, etc. En definitiva para nuestro problema, ¿por qué una mente y un cuerpo escogen la anorexia como síntoma? “La mente del individuo esta prefigurada por la evolución (...) El individuo esta ligado a su pasado, no solamente al pasado de su infancia, sino, lo que es mas importante, al pasado de la especie y antes de ello, al largo período de la evolución orgánica.” (Hall. C, Nordby. V, 1975) Jung ubica a la psique en una esfera evolucionista.

Es necesario mencionar que la diferencia entre el inconsciente personal y colectivo radica en que el último no existe a partir de experiencias personales. Los contenidos del inconsciente personal fueron una vez conscientes, mientras que los contenidos del inconsciente colectivo, jamás han sido conscientes en la vida del ser humano. El inconsciente colectivo contiene imágenes latentes o como las llamaba Jung primordiales, en otras palabras, imágenes originales, que estuvieron primero en la etapa más temprana del desarrollo de la psique, Jung llamó a estas estructuras, arquetipos, del griego “arje”: arcaico, y “tipus”: huella.

1.1.4.1 Los Arquetipos

Se denomina arquetipo o prototipo, a un modelo original a partir del cual se forman otros similares. Existen varios arquetipos, sin embargo entre los más relevantes según Jung están: el del nacimiento, renacimiento, muerte, poder, magia, el héroe, el niño, el embaucador, Dios, el demonio, el anciano sabio, la madre tierra, el gigante, muchos objetos naturales como los árboles, el sol, la luna, el viento, los ríos, el fuego y los animales, y muchos objetos hechos por el hombre, tales como anillos y armas. Jung escribe:

Hay tantos arquetipos como existen situaciones típicas en la vida. Innumerables repeticiones han grabado estas experiencias en nuestra constitución psíquica, no en la forma de imágenes colmadas de contenido, sino al principio solamente como formas sin contenido, que representan meramente la posibilidad de cierto tipo de percepción y de acción (...) Una imagen primordial se hace determinada, con respecto a su contenido, solamente cuando se torna consciente y se llena, por lo tanto, con el material de la experiencia consciente.⁷

Los arquetipos no son experiencias conscientes ni contenidos desarrollados, como las imágenes de recuerdos pasados, son contenidos separados y además tienen la posibilidad de formar combinaciones y de interactuar entre sí, son universales, lo que quiere decir que todos heredamos las mismas imágenes arquetípicas. Por ejemplo, todos heredamos un arquetipo de la madre, tema que será ampliado posteriormente. Anteriormente se mencionó que los complejos se forman alrededor de los arquetipos, lo que nos muestra que los arquetipos son el núcleo de dichos complejos. El arquetipo funciona como imán que atrae experiencias para formar complejos. A través de la adición de experiencias el complejo se hace más fuerte, adquiriendo autonomía. Todos los arquetipos se originan en el inconsciente colectivo. El arquetipo puede expresarse en la consciencia y reflejarse a través de la conducta si el núcleo de un complejo es lo suficientemente fuerte. Por ejemplo al considerar, el desarrollo de un complejo de Dios, en la medida en que algunas de las experiencias del individuo se sientan atraídas al arquetipo de

⁷ Hall, C., et al. (1975). Conceptos Fundamentales de la Psicología de Jung (Cáp.1,pp.40)

Dios para formar un complejo, éste último toma más fuerza. Si el complejo es demasiado fuerte y dominante, el comportamiento del individuo se verá gobernado por dicho complejo, aparecerá como una persona moralista, predicadora, inclusive puede creerse profeta de Dios. Ésta situación podría convertir a la persona en un sicótico o fanático, pues su complejo ha dominado no solo su comportamiento sino su personalidad.

Existen cuatro arquetipos básicos que estructuran la personalidad del individuo: la Persona, Ánimus y Anima, la Sombra y el Sí mismo.

1.1.4.1.1 La Persona

Originalmente la palabra “personaje” también toma el nombre de “persona” o personalidad, y se refiere a la máscara que utiliza un actor para ejecutar un papel determinado en una obra de teatro. La “persona”, toma también el nombre de arquetipo de conformidad.

Dentro de la psicología Jungiana este mismo concepto tiene la función de permitirnos presentar al exterior un personaje o máscara que no es necesariamente la nuestra. “El personaje es una máscara o fachada que exhibimos públicamente, con la función de presentar una impresión favorable, para que la sociedad nos acepte.” (Hall. C, Nordby. V, 1975).

Cumple una función importante en la supervivencia del ser humano ya que le permite ser amable con individuos o situaciones que no son de su agrado. El éxito del ser humano depende en gran medida del arquetipo de la persona, es decir, en la medida en la que éste es capaz de cumplir lo que se espera de él, incluyendo modales, presentación personal entre otros requisitos importantes para la imagen social. Hay quienes no hacen buen uso de su máscara. En tales casos sufren frecuentes conflictos con la sociedad, por no cumplir con lo que se espera de ellos. Hay ocasiones en que el lugar o el trabajo al que nos dedicamos no nos agradan, si embargo, no nos queda más que adaptarnos a las situaciones con una actitud diplomática. Es posible poseer, más de una

máscara, utilizar una en el trabajo, otra en el hogar, etc., según los distintos roles que tenemos que desempeñar en la vida.

Es importante mencionar que puede ser perjudicial que el individuo se identifique con la "persona". "Un individuo dominado por su "personaje", se torna alienado de su naturaleza, y vive en un estado de tensión debido al conflicto entre su personaje superdesarrollado y las partes subdesarrolladas de la personalidad." (Hall. C, Nordby. V, 1975) La identificación del ego con el personaje se denomina, inflación, por un lado"la persona tiene un sentido exagerado de su importancia, lo cual es consecuencia de haber desempeñado su papel con tanto éxito." (Hall. C, Nordby. V, 1975). Inclusive exige que los otros cumplan con el mismo papel, muchas veces los padres proyectan los personajes en sus hijos.

Como consecuencia del éxito en demasía, el individuo se considera exageradamente importante. El anterior es un hecho que se observa en la conducta de un grupo donde se imponen reglas y normas uniformes para todos, sin considerar al individuo. "El peligro que la inflación constituye para la salud es obvio." (Hall. C, Nordby. V, 1975) Muchos de los pacientes de Jung eran víctimas de dicha inflación. Los pacientes se quejaban de sentirse vacíos y que a pesar de haber sido exitosos en sus vidas, de pronto nada tenía sentido. Durante la terapia, Jung descubre, que han pasado sus vidas mostrándose hipócritas consigo mismos, dejando de lado sus intereses y sentimientos, pretendiendo dedicarse a cosas que en realidad no eran de su interés por cumplir con una norma. La terapia se centra en que el individuo rescate y afirme los aspectos de su verdadera naturaleza logrando una "desinflación". Según Jung, es preferible engañar a los otros y no a uno mismo, igual que es mejor ser un hipócrita consciente a un inconsciente. A pesar de que la Persona es una condición necesaria en la convivencia dentro de una comunidad, debe encontrar una expresión adecuada sin dejar de lado la naturaleza del individuo. En suma la Persona es la cara que el mundo externo percibe del sujeto, Jung lo denominó, "rostro externo" de la psique.

1.1.4.1.2 La Sombra

La Sombra, según C.G. Jung, es todo aquello que somos pero no queremos ser, es decir todos aquellos aspectos de la personalidad que nos disgustan y procuramos no revelar. Sostenía, que la sombra es inevitable, es el otro lado que tienen todas las cosas, que sin la Sombra el hombre estaba acabado. Es imposible despojarse de ella, es necesaria para nuestra existencia, contiene todo aquel material rechazado por la consciencia. La sombra contiene también las pulsiones e instintos que a causa de normas establecidas socialmente, han sido reprimidas. La superstición afirmaba que el hombre sin sombra (en el sentido material) era el demonio mismo.

El Ego se encarga del desarrollo del lado consciente de la psique, e integrarlo con las actitudes conscientes predominantes y la Personal; mientras que el lado inadaptado y débil pertenece al inconsciente. En torno a sí mismo crea constelaciones y cuando recibe una cantidad necesaria de libido sale a la superficie como un complejo autónomo, el cual contiene lo más débil y oscuro de la psique y sus acciones autónomas tienden a crear dificultades en la consciencia. A través de una vivencia se activa el contenido de la Sombra, incrementando así, la libido. A toda esta parte oscura Jung denominó la Sombra. Ken Wilber⁸, un psicólogo transpersonal contemporáneo, nos expresa una visión parecida:

La Persona (mascara) es una imagen reducida de si mismo (...) pero como el individuo se identifica solamente con facetas de su psique (Persona), siente que lo que resta de ella no es él; es territorio extranjero, extraño y peligroso. Y vuelve a trazar el mapa de su manera que niegue y excluya de la consciencia los aspectos de sí mismo que no acepta (a estos aspectos no aceptados los llamamos la Sombra).⁹

⁸ Ken Wilber, escritor espiritual e investigador, figura de la Psicología Integral y Transpersonal. Primero en haber desarrollado la teoría de campo unificado de la consciencia. Con la capacidad de integrar la psicología, antropología, espiritualidad, estudios culturales, la literatura, ecología y la transformación planetaria con el mundo moderno y postmoderno.

⁹ Wilber, K. (1989). La consciencia sin fronteras. (pp.19). Barcelona: Kairós S.A.

Jung le da el nombre general de Sombra a este arquetipo, haciendo referencia al papel adverso que desempeña en la psique. La Sombra irrumpe en la experiencia consciente sin previo aviso bajo la forma de estados de ánimo o impulsos repentinos que llevan al individuo a realizar actos que su actitud consciente no aprueba. Y esto es comprensible, ya que la Sombra es el ser inferior que habita en nosotros, aquel que desea hacer todas las cosas que no nos está permitido hacer; es todo lo que desagrade y se rechaza de uno mismo, lo primitivo, lo incontrolado, la parte animal del ser. Busca la primera posibilidad que tiene para entrar a la consciencia. La Sombra también es lo desconocido, lo no consciente de la psique. Cuando irrumpe, la Sombra se dice: "Ciertamente no era yo mismo" o "realmente no sé lo que me pasó", lo cual trasluce su gran poder autónomo. Dice Jung:

La Sombra es un problema moral que desafía a toda la psique-Ego, ya que nadie puede volverse consciente de la Sombra sin considerable esfuerzo moral. Volverse consciente de ella involucra reconocer los oscuros aspectos de la personalidad como presentes y reales (...) Un examen más cercano de las características oscuras (esto es, lo inferior que constituye la Sombra) revela que tienen una naturaleza emocional, una clase de autonomía y en consecuencia, una cualidad obsesiva o mejor, posesiva.¹⁰

Jung identifica a la sombra con el inconsciente personal en el sentido de que constituye el conjunto de todos aquellos deseos y emociones reprimidos por ser, no civilizados, incompatibles con las normas sociales y con la personalidad ideal; así como todo aquello que es vergonzoso y lo que no se quiere saber o no se sabe de uno mismo. Es por esto, que la Sombra permanece en gran parte como desde la infancia cuando las acciones eran puramente impulsivas. Pero Jung también se dio cuenta que la Sombra ha seguido siendo la misma desde que el primer hombre vagaba por la tierra, o sea, el hombre primitivo. Por las razones anteriormente mencionadas concluimos que es más que el Inconsciente personal y también es común a toda la humanidad, por lo que se puede decir de ella que también es un fenómeno colectivo.

¹⁰ Jung, C.G. (1979). Aion: Researches into the phenomenology of the Self. (pp. 8). New Jersey: Princeton University Press (Traducción personal)

En el sueño o en la imaginación, la Sombra, en su aspecto personal, puede ser representada como un ser inferior o primitivo, como alguien con cualidades desagradables o intolerables; mientras que en su aspecto colectivo es posible que la Sombra forme imágenes de demonios, brujas, monstruos, o algo parecido.

Como consecuencia de reprimir a la Sombra, el individuo puede experimentar serios disturbios, ya que el suprimirla lo hace a costa de una disminución de energía motora que habría podido ser utilizada para la espontaneidad, la creatividad y las emociones e intuiciones profundas. Otro peligro de la represión de la Sombra es que la psique inicie a proyectar sus contenidos rechazados en otras personas (entre seres del mismo sexo más frecuentemente) causando problemas en las relaciones interpersonales. Jung expresa:

Una de dos, o conocemos nuestra Sombra o no la conocemos; en este último caso tenemos frecuentemente un enemigo personal en el que proyectamos nuestra Sombra (con la que cargamos gratuitamente), que la posee a nuestros ojos como si fuera la suya y a quien incumbe directamente su responsabilidad: es nuestra "cabeza de turco", a quien vilipendiamos y a quien reprochamos todos los defectos, todas las bajezas y todos los vicios, que son precisamente los nuestros.¹¹

Es necesario mencionar que para fines terapéuticos, la asimilación y la aceptación de la Sombra es uno de los puntos claves en la psicoterapia jungiana. El éxito de la misma depende de ese punto en particular. Jung esclarece este punto en relación al mito universal de la batalla entre el héroe y el dragón:

El héroe tiene que percibir que existe la Sombra y que puede extraer fuerza de ella. Tiene que llegar a un acuerdo con sus fuerzas destructivas si quiere convertirse en suficientemente terrible para vencer al dragón. Es decir, antes que el Ego pueda triunfar, tiene que dominar y asimilar a su Sombra. (...) Que la Sombra se convierta en nuestro amigo o en nuestro enemigo depende en gran parte de nosotros mismos (...) La Sombra no es siempre y necesariamente un

¹¹ Jung, C.G. (1986). Los complejos y el inconsciente. (pp. 277). Bogota: Printer Colombiana Ltda.

*contrincante. De hecho, es exactamente igual a cualquier ser humano con el cual tenemos que entendernos, a veces cediendo, a veces resistiendo, a veces mostrando amor, según requiere la situación. La Sombra se hace hostil solo cuando es desdeñada o mal comprendida.*¹²

1.1.4.1.3 El Ánimus y Anima

Al rostro interno de la psique Jung llamó, “ánima” en el hombre y “ánimus” en la mujer. El ánima es el lado femenino de la psique del hombre, mientras que el ánimus es el lado masculino de la psique de la mujer. Todas las personas poseemos características del sexo opuesto, no solo biológicas al segregar hormonas tanto femeninas como masculinas sino también en sentido psicológico de sentimientos y actitudes. Como consecuencia de la constante exposición de las mujeres a los hombres y de los hombres a las mujeres desde el inicio de la humanidad es que tanto hombres como mujeres tenemos el arquetipo del sexo opuesto. Tal contacto a lo largo de la historia con el sexo opuesto ha posibilitado que se facilite la comprensión y las respuestas hacia el otro, es por esto que el arquetipo de ánimus y ánima contribuyen en la supervivencia del ser humano. Se espera que el ser humano adquiera un equilibrio y armonía, reflejando una personalidad integrada.

Jung expresa:

Esto otorga al inconsciente una cualidad de debilidad e impresionabilidad. Por ello es que el hombre de aspecto más viril y de conducta más viril es a menudo débil y sumiso por dentro. Una mujer que exhibe una feminidad excesiva en su vida externa, tendrá las cualidades inconscientes de obstinación, cualidades que están presentes en la conducta externa del hombre. (...) Todo hombre lleva dentro de sí la eterna imagen de la mujer; no la imagen de esta o aquella mujer particular, sino una definida imagen femenina. Esta imagen es fundamentalmente inconsciente, un factor hereditario de origen primordial grabado en el sistema orgánico viviente del hombre, una huella o arquetipo de todas las experiencias ancestrales de la mujer, un depósito, diríamos, de todas las impresiones producidas por la mujer a través de las edades desde que esta imagen es inconsciente, es proyectada, siempre inconscientemente, hacia la

¹² Jung, C.G. (1984). El hombre y sus símbolos. (pp. 81, 118). Barcelona: Caralt

*persona amada, y es una de las principales razones de la atracción apasionada o la aversión.*¹³

En la mujer, la primera proyección del ánimos se hace sobre el padre mientras que en el caso de los hombres, la primera proyección de la mujer se la hace sobre la madre. Posteriormente la proyección se hará sobre aquellos del sexo opuesto que nos despierten sentimientos positivos o negativos. Si el hombre quien nos atrae despierta sentimientos positivos, quiere decir que tiene las mismas características de nuestra imagen ánimos del hombre. En el caso de que este hombre provocara rechazo en la mujer significa que sus cualidades se oponen a las de la imagen ánimos del hombre. Es importante mencionar que las principales razones de atracción se esconden en el inconsciente.

Cuando estos dos arquetipos son inconscientes, se presentan de manera negativa. Por ejemplo el ánima reprimida en el hombre se expresa con humores variables, susceptibilidad, sentimientos reprimidos, afeminamiento. En cambio el ánimos desintegrado se expresa con una conducta muy intelectual, opiniones sin fundamento, terquedad, obstinación, perfeccionismo y eficacia.

Lo anterior es consecuencia de recibir constantes mensajes de la sociedad caracterizada por la conformidad en donde se desfavorece y se mira de lado la feminidad en los hombres y la masculinidad en las mujeres.

*El menosprecio comienza en la niñez, cuando se ridiculiza a las “señoritas” y a las “muchachotas.” Se supone que los niños deben adaptarse a un papel masculino culturalmente específico y las niñas a un papel femenino.*¹⁴

¹³ Hall, C., et al. (1975). Conceptos Fundamentals de la Psicología de Jung (Cáp. 2, pp. 45-46). Buenos Aires: Psique

¹⁴ Hall, C., et al. (1975). Conceptos Fundamentals de la Psicología de Jung (Cáp. 2, pp. 47). Buenos Aires: Psique

Esto nos ayuda a comprender la incidencia que existe hoy en día de patologías tales como la anorexia en las mujeres, que no es más que un intento de deshacerse de la feminidad que ha sido menospreciada por la sociedad.

Se ha mencionado anteriormente que la inflación del personaje sucede cuando el sujeto se identifica con la "persona" y no con su verdadera naturaleza. Aplicado a los arquetipos de ánima y ánimus, esto puede provocar graves descompensaciones en la psique causando una inflación de estos arquetipos. En este caso la conducta del individuo se vera afectada, por ejemplo una mujer puede identificarse de tal forma con su Ánimus que comienza a adoptar características masculinas, es rígida de pensamiento y lucha por tener cada vez un cuerpo mas fuerte y musculoso, hasta el punto de realizar tratamientos hormonales para cambiar sus rasgos femeninos con el objetivo de parecer mas masculina. Lo mismo puede suceder con el hombre, en relación a sus rasgos femeninos.

El individuo se relaciona con el mundo exterior por medio del arquetipo de la persona y con el mundo interno a través del arquetipo del ánima y ánimus.

1.1.4.1.4 El Si Mismo

El arquetipo del Sí mismo fue el descubrimiento más importante del inconsciente colectivo realizado por Jung. Fue descubierto, luego de haber concluido los estudios acerca de los demás arquetipos. El si mismo es el arquetipo central del inconsciente. Entre las funciones del si mismo se encuentran el orden, organización e integración del inconsciente. Lo hace atrayendo hacia si los arquetipos, los complejos (manifestaciones del arquetipo) además de unificar la personalidad con el fin de otorgarle un sentido de unidad y solidez. La meta final de la personalidad es llegar a una plena consciencia del yo y de autorrealización. Jung expresa que el si mismo es evidente a través de sus manifestaciones a través de un trabajo largo, intenso y consensuado de auto conocimiento. Proceso que aparece desde los inicios de

la edad madura en adelante ya que la personalidad esta desarrollada y con cierto grado de individuación, término que se explicará más adelante. Para lograr contacto con el si mismo y que al mismo tiempo éste se manifieste es necesario hacer consciencia de los arquetipos contenidos en el inconsciente.

Jung sugiere que en lugar de apuntar hacia la autorrealización el individuo se dirija hacia el camino de un auto conocimiento profundo. Antes de llegar a la autorrealización, es necesario conocernos a nosotros mismos. Se asemeja a la importancia de conocer muy bien un automóvil antes de aventurarnos a realizar un largo viaje con él, de lo contrario al concentrarnos solo en nuestro destino puede que en el transcurso el automóvil se averíe o pierda una que otra pieza o lo que es peor que presente algún tipo de dificultad o daño del que nosotros desconocemos. En este caso el viaje se convierte en una pesadilla nos quedaremos en medio camino sin saber como reparar los daños o salir de los percances.

El camino de conocerse a uno mismo es la tarea más dura que podemos enfrentar, requiere de constancia, disciplina, valentía para enfrentar lo que se va encontrando en el camino y para aceptar lo que no nos gusta, esfuerzo constante, persistencia, un alto grado de responsabilidad y un nivel elevado de sabiduría.

Luego de sobrepasar lo anterior nos espera la entrada a la autorrealización.

En la medida que se hace consciente lo inconsciente experimentamos más armonía con nosotros mismos y los demás ya que conocemos los orígenes en el inconsciente de nuestras frustraciones e irritaciones. En caso de no hacer consciente lo inconsciente proyectamos constantemente en los demás aquello que reprimimos en nuestro inconsciente. Los culpamos y criticamos de rasgos y conductas que no reconocemos en nosotros mismos. La experiencia con el si mismo hace que dejemos de buscar criticar a los demás o culpables de lo que no queremos ver en nosotros mismos, nuestra relación con nosotros

mismos y con los demás se hacen mas armoniosas. El Si mismo es el arquetipo que hace de guía interior, a diferencia del ego consciente, tiene la capacidad para influir sobre la personalidad aumentando su capacidad de percepción. Además a través del trabajo personal hacia el camino de hacer consciencia, el Si mismo se convierte en un motivador del individuo para que éste incremente su consciencia, percepción, comprensión y pueda dirigir su vida de manera mas real y armónica.

Jung, concluye que la meta de nuestra vida es el Si mismo, siendo la manifestación mas completa de lo que Jung llama individualidad.

1.1.5 Proceso de Individuación

Jung llama individuación al proceso a través del cual el ser humano se convierte en "individuo", en una totalidad, en una unidad indivisible y particular. Esto significa que los diversos sistemas explicados anteriormente logran diferenciarse entre ellos y dentro de si mismos. Se convierten en sistemas complejos expresándose de diversas maneras. Como se ha indicado, el proceso de auto conocimiento consiste en hacer consciente los contenidos inconscientes, es así, que en la medida que el material inconsciente surge a la consciencia incluyendo a los arquetipos y el ego. A través de pasar a la consciencia, estos últimos inician un proceso de diferenciación. Como expresaba Jung, en la medida en que el hombre se desarrolla busca símbolos más complejos y elaborados para expresarse. Lo mismo sucede con los síntomas, muchas veces son símbolos que tienen como objetivo expresar desequilibrios o descompensaciones de la psique que no encontraron una mejor manera de expresarse.

Por ejemplo, el ego que no se ha desarrollado tiene pocas maneras de ser consciente, al diferenciarse o individuarse, su repertorio de actos y manifestaciones conscientes aumenta considerablemente.

Es importante mencionar la diferencia entre el concepto de “individualismo”, que se refiere a un pensamiento egocéntrico y el de individuación referente a la autorrealización de las cualidades personales y colectivas del individuo.

Para lograr un proceso de individuación se requiere la unión de los opuestos, dicho en otras palabras, lo inconsciente empieza a ser parte de la consciencia, creando una unión entre estos últimos y como resultado se crea una integración del ego a una personalidad mas amplia, llamada Sí mismo. Según Jung la individuación se define como:

Este proceso es, de hecho, la realización espontánea del hombre total. Cuanto mas “yo” es este, tanto mas se aparta del hombre colectivo (del que también forma parte) pudiendo incluso oponerse a él. Pero ya que todo lo vivo tiende hacia la plenitud, la inevitable unilateralidad de nuestra vida consciente queda continuamente corregida y compensada por el ser universal que hay en nosotros, cuyo fin es la integración última de la consciencia y del inconsciente o, mejor dicho, la asimilación del Yo (Ego) en una personalidad más amplia.¹⁵

En la medida en que se individualizan, tanto el personaje, como el ánima, la sombra y los demás arquetipos del inconsciente colectivo, al igual que los complejos del inconsciente personal, se expresan de formas más sutiles e intrincadas. Es pertinente mencionar, que si un arquetipo no se individualiza, no podrá ser integrado.

Para que la personalidad se desarrolle de forma integra es necesario dar la misma oportunidad de individuación a todas las facetas de la psique, de lo contrario si se descuida alguna, ésta hallará maneras anormales de expresarse y se inflará creando un desequilibrio serio.

Se puede entender el proceso de individuación como una reconciliación con uno mismo y los propios demonios. Es hacer racional lo irracional, un encuentro con lo reprimido y una socialización con la psique.

¹⁵ E. A. Bennet. (1974). Lo que verdaderamente dijo Jung. (pp. 154). México: Aguilar

Mediante el proceso de individuación nos desalineamos y nos desenajamos, identificamos nuestras máscaras con el fin de percibir nuestro Si mismo, dejamos atrás apariencias ego centristas e individualistas, atendemos ese otro Yo reprimido, recuperamos nuestra alma (Ánimus/Anima) proyectada en los otros, nos libramos finalmente de su posesión a través de una conversión, de su autonomía por una función que permite una relación con el otro sexo.

Antes de la integración, los arquetipos se individualizan, luego se conscientizan y por último se integran al centro de la psique, llamado Si mismo. De manera mas simple, en la individuación, diferenciamos las distintas partes que habitan en nosotros, reconocemos que nos pertenecen, y a través de su unificación, alcanzamos a ser los que realmente somos, nosotros mismos.

El proceso requiere de estímulos externos para manifestarse, así como el cuerpo está destinado a crecer, la personalidad lo está a individuarse. Sin embargo, así como el cuerpo necesita de alimento, ejercicio y cuidado para un saludable crecimiento, así la personalidad necesita de un cierto equilibrio psíquico para una individuación saludable.

Jung señala, que el mundo moderno no ofrece muchas oportunidades para que el arquetipo de la sombra se individualice, generalmente los padres castigan a sus hijos por expresar los instintos animales de la sombra. El castigo no logra que desaparezca la sombra, en definitiva, nada puede hacer desaparecer la sombra, solo lograr su represión. Ella regresa al inconsciente en donde se mantiene en un estado primitivo indiferenciado, entonces cuando el individuo experimenta un momento de crisis o evento traumático este se debilita e irrumpe la sombra a través de la barrera de la represión donde se manifiesta de manera fatal y patológica. Más adelante se aludirá como la sociedad desde que se instituyó la iglesia ha obstaculizado la individuación de la sombra, reprimiendo sus expresiones y enseñándonos a mantenerla en silencio y si es posible eternamente reprimida. Cuestión que como hemos visto antes es

imposible ya que irrumpe a la consciencia de manera abrupta y patológica en algún momento de nuestras vidas.

”El sadismo salvaje de la guerra moderna y las groseras obscenidades de la pornografía, son ejemplos de actos de una sombra no diferenciada.” (Hall. C, Nordby. V, 1975).

CAPÍTULO II

2 CONSCIENCIA MATRIARCAL

2.1 CARACTERÍSTICAS DE LA CONSCIENCIA MATRIARCAL

2.1.1 Nacimiento de la Diosa Madre en la Humanidad

En la primera etapa de la existencia de la civilización se encuentra la consciencia matriarcal que tiene su punto de partida con la venida del ser humano al mundo. Se la puede comparar con las primeras etapas del desarrollo humano que inicia de la relación madre-hijo en un mundo definido, instintivo, lleno de sensaciones y sentimientos. Es un mundo reducido a la relación materna en la que la misma se encarga de responder a todas las demandas de su hijo. Es una relación primaria, en la que el universo del niño es el de su madre, él no existe separado de su madre, no existe aun una división entre el “yo”, y el “no yo”, convirtiéndose en el primer vínculo del niño y en una etapa crucial para el posterior desarrollo del mismo.

La humanidad y las culturas se enraízan desde su inicio en el arquetipo de la Gran Madre. Según C.G. Jung, el arquetipo de la madre se define como una imagen primordial cuyas características son el cuidado, la nutrición, la protección, el cobijo y el sostenimiento.

Muchas feministas occidentales plantean que existió una sociedad en torno a la religión de la Diosa. Según estos seguidores; en la época del Neolítico, considerada la Edad de Oro se formaban matriarcados, rendían culto a una única diosa universal, duró hasta el cuarto milenio antes de Cristo momento en el cual el movimiento fue destruido por las invasiones de los indo europeos. De forma menos intensa y unificada, siguieron rindiendo culto a la diosa a pesar de las persecuciones de las brujas durante el Cristianismo en la Edad Media.

La edad de Oro es concebida como paradigma necesario en el futuro, para el regreso de la Diosa que evitará un mundo de guerras cada vez más materialista y asegurar una convivencia pacífica en la humanidad.

Movimientos modernos sobre la diosa planean que dichas sociedades aglutinaban sus energías en un sistema ginocéntrico (centrado en la mujer) de organización, dando importancia a las interacciones pacíficas y al desarrollo de la creatividad y arte en lugar de concentrarse en las conquistas o la dominación.

Desde la Prehistoria, las personas se organizaban en tribus y hacían sus vidas cerca de terrenos fértiles. Frente a los cambios, catástrofes y abundancia que la naturaleza podía ofrecer, el hombre se sentía débil e impotente, produciendo en él un sentimiento de dependencia hacia la voluntad de la misma. A partir de esto, el hombre comprende la importancia de hacer una relación pacífica y positiva con ella convirtiéndola en una condición para su sobrevivencia. Por lo tanto era necesario encontrar las maneras para atraer las gracias positivas de la naturaleza que de un momento a otro podían convertirse en hostiles y catastróficas. La percepción de la naturaleza era ambivalente, así como podía ser proveedora de alimento y recursos, podía ser discrepante y devastadora.

Desde su inicio la humanidad estaba al servicio de la naturaleza, quien tenía el poder para satisfacer las necesidades de sus habitantes como también de reaccionar de manera hostil manifestándose con catástrofes devastadoras. Era indispensable la presencia de una fuerza maternal, evidenciada desde la importancia que se daba al sentimiento, al placer, la lentitud, la pasividad, una forma de vida relajada y flexible sin dejar de ser productiva. Los roles y funciones tanto del hombre como de la mujer, eran claros y definidos. El contacto con lo femenino era espontáneo, natural y necesario por lo tanto no existían con frecuencia casos en que mujeres trataran de eliminar sus rasgos femeninos ni evitaran convertirse en mujeres. Ser mujer erapreciado, símbolo

de fertilidad, de sobrevivencia, protección y nutrición, en síntesis, la mujer era la vida misma y como su máxima expresión se encontraba la naturaleza.

Como dice el mito Griego de la primera madre:

La Primera Mujer saludó al Gran Espíritu y al Primer Hombre diciendo: Hijos he venido a morar con vosotros y a traeros amor; desde el momento en que habló el mundo se pobló, siguió un período de hambruna, y al ver que sus hijos estaban devastados, convence a su marido que le corte el cuerpo en pedazos, con los cuales se arrastraría por el campo antes de enterrar sus huesos en el centro. En siete meses el campo estaba lleno de sembríos de maíz y sus hijos se alimentaron. Sus huesos produjeron el tabaco, como símbolo de paz para los indios norteamericanos. La mujer expresó que el maíz representaba su carne que debía ser devuelto a la tierra. El mito ilustra el predominio de la divinidad femenina. Sus encarnaciones en tanto el maíz y tabaco demuestran el principio de regeneración inherente a los misterios universales sobre la diosa y el valor social que tiene la generosidad.

Para los adoradores de la diosa, hoy en día el desorden social es consecuencia de la usurpación de su trono.

2.1.2 Arquetipo de la Gran Madre

Es posible analizar y recalcar la importancia de la diosa como símbolo de la maternidad gracias a las teorías de Carl Gustav Jung. La perspectiva jungiana sostiene, que la diosa madre tiene un origen sobrenatural, anterior al nacimiento, es un conocimiento innato de la mente humana.

Dentro de las experiencias asociadas al arquetipo de la madre se encuentra también la vida psíquica prenatal o intrauterina. Como es sabido, la experiencia humana inicia en la gestación, y se refuerza con el alimento,

nutrición, afecto y calor de la madre hacia su hijo; momento en que el bebé es dependiente de la misma como fuente de sobrevivencia.

Durante esta etapa el niño considera numinosa a su madre, lo que significa, envuelta en la sensación de divinidad. Cada acto de su madre tiene gran importancia para el niño, momento en el cual la clasifica como “buena madre”, dadora y protectora, y “mala madre”, la que amenaza y castiga. Conforme el niño crece la madre se convierte en el todo para él y como consecuencia en un ser ambivalente que contiene cualidades benéficas y perjudiciales.

De aquí surge la tendencia de la diosa a representar una ambivalencia, lados opuestos complementarios, como, benéfica y perjudicial, dadora de seguridad y peligrosa. La cara de la luna por ejemplo encierra la oscuridad y la luz, siendo el símbolo universal de la diosa. La manzana que Eva, (cuyo nombre se origina de la expresión “madre de todos”) arrancó del árbol del bien y el mal.

*El analista Junguiano, Erich Neumann llevó a cabo un estudio seminal y a fondo de los diversos símbolos maternos en su obra *The Great Mother: An Analysis of the Archetype* (1963). Llegó a la conclusión de que las obras de arte religioso mas arcaicas son: “figuras de la solitaria gran diosa, imagen paleolítica de la madre, antes de que el padre existiera en la tierra o en el cielo.”¹⁶*

Además de los arquetipos básicos, Jung destacó unos cuantos arquetipos más, que cumplen una amplia función en la vida psíquica. Estos son los arquetipos del Hombre Anciano Sabio, la Gran Madre y el Héroe.

El Anciano Sabio y la Gran Madre forman parte de lo que Jung denomina arquetipos del espíritu y la materia respectivamente. Cada uno corresponde al proceso de individuación del hombre (Anciano Sabio) y de la mujer (Gran Madre).

¹⁶ Husain, Shahrukh. La Diosa (Cáp. 1, pp. 19). Singapur: Evergreen

Aquí no se trata, como en el caso de *Ánimus/Anima*, de explorar y expresar el *Ánima* en el hombre y el *Ánimus* en la mujer; consiste en seguir la pista de la esencia más íntima de cada sexo, hacia su fuente natural, hacia la imagen primordial que le dio origen. Simbólicamente, Jung afirma que lo masculino es espíritu materializado, mientras que lo femenino es materia saturada de espíritu, dando a entender que en el varón el determinante es el espíritu, mientras que en la mujer lo es la materia (esto en vista del origen de “Madre”, que en latín es “mater” o materia).

Tanto el Anciano Sabio como la Gran Madre pueden aparecer en la imaginación con una infinita variedad de formas o símbolos, y sus aspectos positivos o negativos se hallan frecuentemente en las concepciones de los primitivos y en todas las mitologías y religiones. Así, tenemos, el mago, el profeta, el maestro, el Señor de la Muerte, el guía, las diosas de la fertilidad, Sibila¹⁷, la sacerdotisa, la virgen, la Madre Iglesia, etc. Ambas figuras emanan una poderosa fascinación. Jung la llama “Personalidades mana¹⁸”, ya que “mana” quiere decir extraordinario poder; es importante mencionar que son imágenes que aparecen en un proceso de individuación avanzado.

2.1.3 Características de Sistemas Matriarcales

Según la leyenda de la antigua Grecia, la mujer es fecundada por el viento o por los rayos de la luna que eran la representación de lo masculino dentro del mundo matriarcal.

La naturaleza es el mayor representante de la mujer, poseyendo el don de dar la vida y caracterizada por dar importancia a los sentimientos, a un ritmo de

¹⁷ La palabra sibila proviene de un personaje de la mitología griega y romana. Era una mujer que dispone de poderes para la profecía, inspirados por el dios Apolo. Desde entonces, se les denomina así a todas las mujeres que tuvieron la capacidad para profetizar.

¹⁸ La personalidad Mana es dominante en el inconsciente colectivo. En el hombre es un arquetipo de poder, aparece en sueños, fantasías o mitos en forma de héroe, mago, curandero y santo. Es amigo de Dios. En las mujeres es representado por una figura de superioridad maternal, la gran madre, misericordiosa, que lo perdona y comprende todo, que desde siempre ha querido el bien, siempre ha vivido para los demás, sin buscar su propia utilidad. Es a la que se le atribuye el descubrimiento del gran amor.

vida relajado y flexible, dando importancia a la moderación y sobre todo dando lugar al placer.

Como ha sido mencionado anteriormente, todos los seres humanos han nacido de una mujer, han vivido en un mundo de instintos y sentimientos, autores de la psicología analítica comparan el mundo de los primeros años de vida con la del Edén¹⁹, un paraíso del que tarde o temprano seremos despojados. Paraíso de todo niño, un mundo lleno de sensaciones y placeres, donde no existe división entre el “yo” el “no-yo”.

Esta primera fase del desarrollo individual y colectivo refleja la presencia del Principio Femenino, caracterizado por ser instintivo e inconsciente.

Las culturas matriarcales también toman el nombre de pre patriarcales con su base en la mujer, se caracterizan por dar gran importancia a lo ecológico, adorando y curando la tierra y la naturaleza. Primaban las fuerzas instintivas y espirituales.

Las sociedades que giran alrededor de la gran diosa se caracterizan por poner énfasis en la sociedad como un todo unificado, donde el bienestar colectivo es más importante que el individual. Los mitos y movimientos de la diosa reflejan el carácter ginocéntrico mediante el cual la mujer es dadora de vida y de alimento.

2.1.4 Arquetipos Femeninos

La analista jungiana Jean Shinoda Bolen, en su libro, las “Diosas de cada mujer”, utiliza la mitología griega para hacer una tipología femenina:

¹⁹ Edén es la palabra utilizada como sinónimo de paraíso. Originalmente paraíso hace referencia a un hermoso jardín extenso. El origen de la palabra Edén es acadio (un pueblo semita), su significado es un lugar puro y natural.

Diosas Vírgenes:

- Afrodita: Diosa del amor y la belleza, de la sexualidad, seducción, pasión y creatividad. Es una prostituta sagrada, en contacto con su cuerpo. No busca compromiso, solo intensidad del arrebatado pasional. Es amante, una mujer sensual y creativa.
- Artemisa (Diana): Diosa de la caza y de la naturaleza, de los campos, no de la civilización. Su rol es competidora y feminista.
- Atenea (Minerva): Diosa de la sabiduría y de la artesanía, patriarcal, masculinizada y de la civilización. Su rol es ser hija del padre y estratega.
- Deméter (Ceres): Diosa madre, diosa de las cosechas (agricultura y los cereales).
- Hera (Juno): Diosa del matrimonio, ejerce el rol de esposa y creadora de compromisos.
- Hestia (Vesta): Diosa virgen, del hogar, mantiene el fuego del hogar, se caracteriza por su espiritualidad, es una sacerdotisa, les gusta lo místico, busca un templo y lo cuidan. Es la mujer sabia, la tía soltera. Diosas vulnerables.
- Perséfone (Proserpina): Doncella y reina del mundo subterráneo. Diosa hija, doncella. Es hija de la madre y mujer receptiva.

Según el análisis de Jean Shinoda Bolen; la Gran Madre es la gran diosa, representada por la naturaleza y por Démeter, en la mitología griega. Demeter era la que gobernada los ciclos de vida de la naturaleza y de todas las cosas que crecen, protectora de las criaturas indefensas. A ella le pertenece la gestación y el nacimiento de una nueva vida; “es una diosa matriarcal, una

imagen de poder dentro de la misma tierra, que no necesita confirmación espiritual del cielo. Decían que ella había enseñado a los hombres las artes de arar y cultivar la tierra, en cambio, a las mujeres las artes de moler el trigo y cocer el pan.” (Shinoda, 2001).

El mito de Démeter y Perséfone, relata que Démeter vivió con su hija Perséfone, protegidas de los conflictos del mundo, sin embargo, el día en que Perséfone salió de paseo todo se transformó. Se había ido de paseo y no regresó, Démeter la madre desesperada de su desaparición, se entera mas tarde lo que había sucedido. Mientras Perséfone paseaba, Hades, el señor del mundo subterráneo montaba una carroza jalado por dos caballos negros y la había raptado. Démeter entra en desesperación y de la furia, vuelve estéril a la tierra, la misma que jamás devolvió la anterior abundancia. Mientras que Perséfone sin queja alguna se convierte en reina del mundo subterráneo con su tenebroso esposo, Hades. Con el rapto de Hades era como si toda la humanidad estuviera carente de alimento. Hermes el dios que todo lo observa, en vista de lo sucedido, hace un trato con Hades, en el que llega a un acuerdo de que durante nueve meses Perséfone vivirá con su madre, pero, los tres que restan junto a su esposo.

A Démeter nunca le convenció el acuerdo y cada vez que su hija se iba, la Madre Tierra se ponía de luto. La vegetación se marchitaba, los árboles dejaban caer sus hojas y la tierra se volvía fría y sin vida. Empero, cada vez que regresaba Perséfone, con ella volvía la primavera.

La imagen de Démeter, representa la experiencia de la maternidad. Lo que quiere decir que además del proceso físico de la gestación, el parto y la lactancia del pequeño, es también la experiencia de la Gran Madre, una experiencia íntima que incluye, “(...) el descubrimiento del cuerpo como algo valioso y precioso que merece cuidados, la experiencia del ser como parte de la naturaleza y arraigado en la vida natural, la apreciación de los sentidos y los placeres sencillos de la existencia diaria.” (Shinoda, 2001).

Sin la presencia de la Gran Madre dentro de nosotros, sería imposible hacer algo provechoso, ya que, es la parte de nosotros que tiene la delicadeza y paciencia para esperar hasta que el momento este maduro o listo para actuar. No sería posible apreciar nuestro yo físico, viviríamos desconectados, dentro de un mundo meramente intelectual, sin esencia y sin una relación con la realidad.

2.1.5 La Realización Consciente de los Contenidos Arquetípicos

La realización consciente de los contenidos que conforman el arquetipo de la “personalidad mana” implica para el varón, la segunda y verdadera liberación del padre, y para la mujer, liberación de la madre; y con ello, la primera y genuina sensación de su verdadera individualización e independencia.

Dice Jung del Anciano Sabio, que es tan viejo como el mundo, que durante dos millones de años ha vivido la vida humana con todos sus sufrimientos y alegrías, y que ha almacenado en si las imágenes fundamentales de la existencia.

Afirma que en nombre de la experiencia eterna de estas figuras, evoca imágenes que hacen comulgar con el fondo humano a todo individuo, en apariencia único.

Otro arquetipo de primordial papel en la psique es el Héroe. El mito del Héroe ha sido el más común y mejor conocido en el mundo, pues se lo encuentra en la mitología clásica de Grecia, Roma, en la Edad Media, en el lejano Oriente y entre las contemporáneas tribus primitivas. También se lo puede identificar en los modernos mitos del hombre civilizado, en su cultura, en las formaciones del inconsciente colectivo, a través de los sueños, de la imaginación de sus creaciones artísticas. El mito del Héroe tiene un evidente atractivo dramático y una importancia psicológica menos obvia pero muy profunda.

Puede decirse que la figura del Héroe representa el papel que el Ego realiza en la psique. Para Jung, el mito del Héroe constituye el drama arquetípico, pues en él se desarrolla simbólicamente la búsqueda del sentido (Si mismo) que solo el Yo puede emprender. A la vez, se trata de la liberación del individuo del mundo maternal, oscuro, de la niñez; para alcanzar la victoria, el Ego consigue auto identidad y afirmación. En el mito, esto se expresa en la lucha con el dragón o el mostró (símbolos sombríos de la madre devoradora en donde el Héroe tiene que vencerlo o incluso a veces, dejarse tragar por él).

El Ego esta en conflicto con la Sombra, en lo que el Dr. Jung llamo "la batalla por la liberación." En la lucha del hombre primitivo para alcanzar la consciencia, este conflicto se expresa por la contienda entre el héroe arquetípico y las cósmicas potencias del mal, personificadas por dragones y otros monstruos. En el desarrollo de la consciencia individual, la figura del Héroe representa los medios simbólicos con los que el Ego surgente sobrepasa la inercia de la mente inconsciente y libera al hombre maduro, de un deseo regresivo de volver al bienaventurado estado de infancia, en un mundo dominado por su madre.²⁰

En forma general, se puede decir que la necesidad de símbolos de héroes surge cuando el Ego necesita fortalecerse, cuando la consciencia requiere ayuda en tareas que no puede realizar sola o sin recurrir a fuentes de fortaleza que nacen en el Inconsciente.

La tarea del Héroe tiene un objetivo esencial para el individuo: liberar la energía del Ánima/Ánimus para que se desprenda del aspecto devorador de la Imago materna y así pueda alcanzar su capacidad para relacionarse con el sexo opuesto. Otra ventaja de esta liberación es que rescata el componente íntimo de la psique que es necesario para toda obra verdaderamente creadora.

²⁰ Jung, C.G. (1984). Op.cit. (pp. 81, 118). Barcelona: Caralt

CAPÍTULO III

3 CONSCIENCIA PATRIARCAL

3.1 CARACTERÍSTICAS DE LA CONSCIENCIA PATRIARCAL

3.1.1 De lo Femenino a lo Masculino

Así como hay una etapa matriarcal en la humanidad, en el niño son los primeros años que son el origen y se caracterizan por la dependencia de la madre, Freud denominó a este primer momento la etapa oral.²¹ La “Gran Madre” es la naturaleza, mientras que en el individuo la madre es la personal. La consciencia patriarcal es introducida al nuevo ser a través del padre.

En algún momento de nuestro desarrollo es necesaria la separación del arquetipo de la Madre inconsciente para establecer un sentido de identidad individual; marcada por la entrada del padre como elemento diferenciador. El dinamismo patriarcal es el principio del orden, sin él la relación de madre hijo se convierte en un caos y barbarie. Lo patriarcal es la inclusión de la cultura dentro del individuo, lo que da paso a la entrada del niño en la cultura. Cuando esto ocurre se nos introduce un mundo de reglas, costumbres y creencias. Es un momento de iniciación del individuo a la cultura, la misma que es representada por el padre, siendo su función romper con la relación fusional previa con la madre, instaurando orden. Ocurre además un efecto de diferenciación entre el “yo” y el “no yo”, entre el sujeto y el objeto. El padre hace una escisión de la primera fase caracterizada por la dependencia de la madre. Se desconoce en detalle como se da lugar la transición de lo matriarcal hacia lo patriarcal en las distintas sociedades, sin embargo se conoce las consecuencias. El patriarcado se distingue por tener una forma de organización social en la que el padre con más edad y experiencia es elegido como la cabeza de la tribu o clan, además de que la descendencia y

²¹ Se establece desde el nacimiento hasta alrededor de los dieciocho meses. El foco del placer se centra en la boca. Las actividades de elección del niño son el chupar y morder.

parentesco se establece a través del mismo. Deviene así un estilo de vida con una organización social muy particular, que vale la pena aclarar, ha llegado a su cumbre en Occidente. Según Marion Woodman se caracteriza por:

Un "individualismo feroz"; el héroe que lucha por el dominio y el beneficio personal triunfa en detrimento incluso de la comunidad; se generaliza la creencia de que los hombres (y el Principio Masculino) son de categoría superior y valen más que las mujeres (y el Principio Femenino).

Este desplazamiento cultural a la consciencia patriarcal se refleja en el desarrollo individual, cuando una persona comienza a separarse del vínculo inconsciente con la madre para adquirir un sentimiento de autonomía y de delimitación del ego.²²

Para explicar al patriarcado Marion se vale de términos psicológicos, como: "el viaje del héroe por salir del inconsciente: el que mata al dragón en su camino de búsqueda del poder personal." (Woodman et al, 1993).

El psicólogo Erich Neumann²³ relaciona a la consciencia matriarcal con un proceso inconsciente mientras que a la consciencia patriarcal la separa del inconsciente mediante la construcción de un "ego mental" (Woodman et al, 1993). Agrega que el proceso ocurre al final del primer año de vida y describe la experiencia como un segundo nacimiento. Los procesos de separación e identificación difieren según el género, tomando en cuenta que en los primeros años la madre constituye para ambos la fuente de la existencia. En el caso de la mujer, enfrentan la contradicción de romper con la identificación personal con la madre, sin embargo, permaneciendo aferradas en lo Femenino. Mientras que en el caso de los hombres, luego de la lucha por la separación de sus madres deben acudir a la identificación con lo Masculino, a través del padre.

Por muchos años, psicólogos, filósofos y psicoterapeutas estaban convencidos que al lograr la emergencia de un ego separado, estábamos en la cumbre de la evolución humana, misma concepción que se mantiene a nivel de evolución

²² Woodman, M; et al. (1993). *Ser Mujer* (Introducción, pp.15). Barcelona: Kairós S.A.

²³ Estudio medicina, luego paso a ser discípulo de Jung. Entre sus obras se encuentra la metodología de Jung aplicada a la Psicología Profunda.

cultural con el nacimiento de un sistema patriarcal. En la actualidad nos damos cuenta que estamos frente a un escenario en donde se ha perdido el motor motivador de la vida y de los valores transpersonales, todo esto, a causa de la destrucción de valores egocéntricos. Jung, hace referencia que en la antigua Grecia, con los mitos de Démeter ya se muestra la intensa necesidad que separa el modelo natural y primitivo de la feminidad:

Hoy en día esta necesidad es mucho mayor, cuando la mujer suele vivir exteriormente casi como un hombre y ha de encontrar todo el significado de su condición de madre en lo interior en vez de en lo físico, y cuando tantas de las que tienen hijos simplemente juegan a ser “mamas y bebés”, sin haberse nunca permitido experimentar de manera consciente el violento final de su identidad como hijas.²⁴

3.1.2 Arquetipo Masculino o del “Gran Padre”

Tanto los individuos en la fase patriarcal como las culturas pertenecientes a la misma están bajo el dominio de un arquetipo del Padre.

A través del padre, la hija se hace consciente de si misma por primera vez. Jung expresa:

Cuando en la vida de la niña no hay una adecuada imagen del padre, la identidad de hija y madre puede alcanzar una intensidad tremenda, cuando la imagen del padre es muy negativa y temible, la hija puede asumir inconscientemente el problema de la madre de un modo especialmente profundo arrastrándolo a veces durante toda su vida, mucho después de la muerte de su madre, quedando así lisiada en su esfuerzo por afrontar su propio destino de libertad.²⁵

La intervención paterna permite que la niña resignifique la relación hasta entonces mantenida con la madre. Mediante este proceso la niña empieza a verse a si misma.

²⁴ Jung, C.G; et al. (1998). Espejos del Yo (cap. 12, pp. 121). Barcelona: Kairós

²⁵ *Ibíd.*(cap. 12, pp. 122)

Mediante la entrada de lo masculino es que la niña/o se convierte en individuo, deja de tener una identidad fusionada con la madre y empieza a verse a sí mismo. Es parte del proceso de integración de la personalidad.

Como se mencionó anteriormente, en el proceso de separación del paraíso o Edén de la madre entramos en una segunda fase en donde es necesaria la separación de la misma para construir un sentido de identidad propia. Es a partir de la entrada del arquetipo del padre a través del padre personal que se debería producir una diferenciación entre el individuo y lo materno. Empero, no son todos los que logran hacerlo, son muchos los casos en que nunca logramos salir del estado de unidad psicológico con los arquetipos paternos. En este punto es importante hacer énfasis en que los casos no solo se limitan a no poder salir de los padres si no inclusive de las expectativas estereotípicas de la sociedad. Desde nuestra lectura podemos encontrar momentos históricos claramente definidos en donde hay manifestaciones de un sistema patriarcal. Haremos referencia a lo que nos dice la autora Silvia Fendrik en su libro “El País del Nuncacomer.” Es importante hacer referencia que en el siglo XIX en el que los médicos dedicados a investigar la histeria y sus orígenes, misma época en la que aparecen una serie de jóvenes histéricas que según la iglesia estaban poseídas por el demonio. En la época de la Edad Media²⁶, la iglesia no permitía la existencia de personas que tengan cualquier tipo de contacto con el demonio, por lo que la creencia en brujas estaba considerada una herejía hacia la iglesia, cosa que obligaba a la misma a utilizar castigos llegando hasta la hoguera. En el siglo XIII Gregorio IX²⁷ admitió la existencia de las brujas sin embargo insistió en que se trataba de la mayor de las herejías, imponiendo castigos y obligando a que esta sea denunciada inmediatamente. Es así, que desde finales del Medio Evo e inicios del Renacimiento se aceptó la existencia de pactos con el Diablo y como producto de esto, las brujas.

²⁶ Edad Media o Medievo, es el periodo histórico de la Civilización Occidental comprendida entre el siglo V y el XV

²⁷ Protagonista de la historia. Papa de la Iglesia Católica (1160-1241). Es importante por haber creado el Tribunal de la inquisición y codificó el derecho canónico.

El concilio de Letrán, en 1215, afirmara oficialmente su existencia. Así pues, la iglesia cristiana reunió en la idea de un diablo único, Satanás, fragmentos de las antiguas creencias paganas en los demonios y en su capacidad de otorgar a los fieles todo tipo de goces.²⁸

En suma, a pesar de que la brujería proviene de tiempos paganos, logra subsistir a través de los siglos en la cultura cristiana del occidente. Santo Tomas de Aquino²⁹ en el siglo XIII insistió en la existencia de las brujas y demonios así como de cualquier medio para exterminarlas. Es alrededor de esta época que aparece la Inquisición³⁰ en defensa de los principios sagrados de la iglesia. La escritora Silvia Fendrik en el libro antes mencionado comenta:

Con el correr del tiempo, se perseguirá a los judíos, a los falsos conversos, a los bígamos, a los blasfemos, a los brujos y las brujas, y su enorme poder le permitirá apropiarse de la vida, la libertad y los bienes de millones de personas.³¹

Las brujas no solo tenían un pacto con el Diablo sino que se creía tenían un poder extraordinario sobre el mundo. Mediante los castigos aplicados por la iglesia, se pretendía descubrir este poder oculto en ellas. Las jóvenes no podían hablar por si mismas si no era para estar en contacto con el diablo, por lo que aparecen los rituales del exorcismo para poder tener una comunicación directa con los espíritus del mal y aplicar distintos rituales para sacar los males del cuerpo.

La iglesia ejercía poder sobre cada individuo a través de la instauración de rituales que si no eran cumplidos al pie de la letra, el demonio podía tener posesión.

²⁸ Fendrik, S. (2004) *El País del Nuncacomer*; (pp.26). Madrid: Libros de Zorz

²⁹ Reconocido Teólogo. Proclamado Doctor de la Iglesia Católica el 11 de Abril de 1567 por el Papa San Pío V

³⁰ Institución creada por el rey de España, con la autorización del Papa. Consistía en la persecución a cualquier persona culpándolos de herejes, aplicaban torturas para obtener confesiones que convenía a la institución. Iban tras las brujas al poseer una secreta relación con Satanás

³¹ *Ibíd.* (cap. 2, pp.27)

Se cuenta la historia, que en Roma había una joven que antes de comer una hoja de lechuga, se le olvida pronunciar la bendición, cosa que la lleva a ser poseída por el demonio:

A pesar del creciente poder represivo de la Iglesia, algunos hombres sabios y valientes se atrevieron a refutar las creencias en brujas y demonios, protestando de viva voz contra la barbarie eclesiástica. Y si bien fue la Inquisición la que recreo y brindo libretos nuevos a los antiguos ritos fálicos de la diosa Madre para combatirlos en el seno del cristianismo, también podemos estar seguros de que fue el efecto civilizador de estas obras aisladas y de los débiles murmullos de aquellas y aquellos que, bajo terroríficas torturas negaban una y otra vez las acusaciones de brujería, lo que contribuyó a derrotarla.³²

Sin embargo también existían quienes sostenían que las supuestas brujas eran jóvenes ignorantes, desamparadas que no podían controlar sus sentidos. “Eran, infelices enfermas de melancolía, cuya enfermedad había afectado su cerebro y alterado su juicio y su mal alimentación” (Fendrik, 2004). Es desde este momento que se pone atención especialmente en aquellas chicas que aparentemente tenían contacto con el demonio, pero, que sin embargo, de lo que sufrían era de una enfermedad que iniciaba afectando su físico a causa de prolongados ayunos seguidos de afecciones mentales y psicológicas a causa de tal inanición, afectando así la percepción y control de sus sentidos así como su sano juicio. Al inicio tales comportamientos provenían de una posesión diabólica, eran brujas con poderes sobrenaturales capaces de mantener rígidos y prolongados ayunos para permitir más cercanía con su mundo místico en este caso la relación establecida con el diablo, según la iglesia. Mas tarde en el siglo XIX, Sigmund Freud consigue relacionar a las supuestas brujas con los síntomas de la histeria luego de haber leído el *Malleus Malleficarum*³³ escrito por dos monjes dominicos. Luego de este breve recorrido, podríamos pensar que el arquetipo patriarcal se ha expresado a lo largo de la historia de varias maneras, como es la inquisición, las guerras, el nazismo, etc. Tales sucesos están influenciados por una consciencia patriarcal, que, expresa a través de los

³² Fendrik, S. (2004). op.cit. (cap.2, pp.32). Madrid: Libros de Zorz

³³ Del latín: Martillo de las Brujas. Escrito por dos monjes inquisidores dominicos, Heinrich y Springer, quienes aseguraban que el libro les había dado poderes especiales para procesar a las brujas en Alemania por el Papa Inocencio VIII

mismos su necesidad de controlar, reprimir, deshacerse e invalidar todo aquello que represente una amenaza para el sistema patriarcal.

3.1.3 Características de Sistemas Patriarcales

En la mitología griega el mayor representante del padre y de la paternidad, es Zeus, rey de los dioses, hizo de la montaña de Olimpo su hogar, estableciendo una jerarquía entre los dioses que obedecieran su ley. Se caracteriza por tener un espíritu ligero, ardiente, y libertino, se manifiesta no solo a través de las tormentas, sino también por las amantes que persiguió, entre ellas, Atenea (diosa de la justicia), Dike (diosa de la ley natural), Moira (diosa del destino), Musas (Protectoras de las artes) y Hera (diosa del matrimonio). Era el dios de la tierra y de la amistad y protector de todos los hombres.

Es el padre que encarna los ideales espirituales, códigos morales de la sociedad, la autosuficiencia con la que nos defendemos en el mundo, la ambición y autoridad que nos lleva al éxito, y por último, la disciplina y perspicacia que nos lleva a cumplir nuestros objetivos.

El principio masculino difiere del amor y cuidado incondicional de la madre. Se le otorga un valor más alto al espíritu no al cuerpo como en lo femenino. Es la acción, más que la intuición, es la obediencia y lo que se nos pide ser y hacer.

Al igual que la madre, el padre tiene su lado positivo y negativo. Así como puede ser defensor y compasivo es cruel y vengativo si es desafiada su autoridad e incumplidas sus leyes.

Zeus en la mitología griega así como la figura del padre en nuestros días, encarna la experiencia de paternidad. En las sociedades actuales se evidencia la presencia del padre a través de los modelos y exigencias que se establecen como prototipos a seguir para obtener aceptación y conseguir éxito. Sociedades dominadas por el padre, que convierte a los seres humanos en

esclavos de convicciones de inflexibilidad y arrogancia, aplastando todo sentimiento humano. Mientras que al tener interiorizado al padre sin ser dominado por el mismo, encontramos valores como la rigidez y la rectitud implacable, donde es necesario poseer poder de capacidad para producir ideas y llevarlas a cabo.

Así como en Grecia existe la mitología para comprender los arquetipos masculino y femenino en la cultura china el ying yang es una representación de los opuestos y la importancia del equilibrio entre ellos. El yang simboliza lo masculino caracterizado por la estructura, la rigidez, la lógica, el pensamiento, es extrovertido, lineal, luminoso (definido), realista y penetrante. Es abstracto y lineal. Mientras que el ying como representante de lo femenino se caracteriza por la fluidez, flexibilidad, irracionalidad, pasividad, receptividad, es introvertido, intuitivo, oscuro en lo profundo, se guía por el sentimiento, es lineal y concreto, hace referencia al cuerpo y al instinto.

En los sistemas patriarcales se polariza el yang, creando un desequilibrio entre los opuestos, cosa que más tarde será la causa de la formación de complejos como producto de una descompensación psíquica.

CAPÍTULO IV

4 LA ANOREXIA

4.1 LA ANOREXIA, EN LA MUJER, COMO PRODUCTO DE UN SISTEMA PATRIARCAL

En base a lo que se ha conceptualizado en los capítulos anteriores, el origen de la anorexia es la represión de lo femenino desde la familia hasta la sociedad. Jung lo explica como la formación de un complejo patriarcal. El complejo se inicia a través de la relación personal con la madre y el padre, como símbolos encarnados del arquetipo de la Gran Madre y del Padre. Las experiencias de la relación con los padres marcan, o no, el inicio de un complejo. Las anoréxicas nacen en un sistema patriarcal en el que las familias se convierten en su representante, a través de los valores que transmiten, entre los que se encuentran la perfección, eficiencia, autosuficiencia, entre otros. A través de la familia, la sociedad envía mensajes de los valores que nos harán llegar al éxito, siendo los valores femeninos, puestos de menos frente a aquellos masculinos con los que obtendremos aprobación y llegaremos al éxito. Por ejemplo, en una familia en la que la madre se ocupa no solo de cuidar a sus hijos sino de proveer económicamente a la familia, de cumplir con las responsabilidades de madre y padre a la vez, tomando en cuenta que el padre es ausente. El mensaje que se transmite es que para sobrevivir como mujer es necesario convertirse en un individuo autosuficiente, eficiente, con metas claras y definidas, ser fuerte de carácter y firme con sus hijos, al mismo tiempo atender las necesidades emocionales de los mismos. Todo el tiempo la madre se dedica a alguna obligación y se ocupa de las necesidades de los suyos. En este caso las hijas no vemos en nuestras madres que ellas se ocupen de sí mismas como mujeres, por lo que creamos una confusión de lo que realmente significa ser mujer. Por otro lado los medios de comunicación nos dicen que el descanso, el quedarse en la casa, el no seguir la moda, entre otras, son características que nos dificultan la entrada a la sociedad, seremos rechazadas

y desvalorizadas al no ir con lo que la sociedad exige para ser miembros de la misma. Como he explicado anteriormente dichos valores eran comunicados en la antigüedad. Por ejemplo, en la cultura China, por el Yin Yang y en Grecia con los dioses de la mitología. El terreno que predispone el apareamiento de la anorexia en la mujer es la familia en el primer plano y la sociedad en un plano más amplio. Por lo tanto, el ámbito sociocultural y familiar vendrían a ser factores colectivos que contribuyen en la aparición de dicha enfermedad. Sobre la base colectiva se encuentran los factores individuales, personales y emocionales. Estos factores se relacionan con la forma en que cada persona reacciona ante el abuso emocional, los mensajes que trasmite la familia y como enfrentan las distintas experiencias a lo largo de la vida. La personalidad se estructura sobre una base adquirida inculcada y heredada por la sociedad y la familia. En otras palabras, las experiencias de la vida y la relación que se establece con la familia son los dos elementos que forman una personalidad determinada, es así como la anoréxica, de manera individual, acumula experiencias, que luego serán contenidos para la formación de un complejo patriarcal, terreno donde se cultiva la anorexia.

Es importante recordar que el complejo se forma a través del choque entre el mundo exterior que es la sociedad y el mundo interior de cada individuo. Como se expresa con anterioridad, existe un arquetipo de madre, padre, por lo tanto uno patriarcal y uno matriarcal, que son el choque del mundo exterior es decir de su vida personal, su infancia, sus relaciones con los padres, amigos, hermanos, pares, comparaciones con los hermanos o hermanas, comentarios acerca de su aspecto físico y sobrenombres, se forma el complejo patriarcal que es como el juez interno. El complejo patriarcal es el complejo de juez interior, que correspondería al Súper yo de Freud, o el Ànimus negativo de Jung. El juez se encarga de críticas a través de voces internas como por ejemplo: "Estas gorda, no sirves para nada, no eres suficiente, no puedes hacer nada bien, estas fea." Son pensamientos o cogniciones distorsionadas, en forma de críticas acerca de si misma. En realidad la mayor parte del tiempo la anoréxica tiene este tipo de pensamientos, volviéndose cada vez mas

frecuentes, obstaculizando el desempeño en otras áreas de su vida, como en el estudio, las relaciones interpersonales o realizar otro tipo de actividades, lo que es más aún, cualquier tipo de actividad que produzca placer, como el ocio, el divertirse con sus amigos, ver una película y comer, salir de fiesta o simplemente dormir, entre otros, es concebido por el juez interno como una pérdida de tiempo. En un momento dado la anoréxica no distingue las críticas como pensamientos aislados de su personalidad, como alienantes y destructores, sino como órdenes que ella debe cumplir, creyendo que si se somete al juez será valorada y tendrá éxito en la vida.

La anoréxica en algún momento de su desarrollo, escoge la comida como símbolo de la parte matriarcal, femenina que necesita y quiere reprimir. Para ella la comida o lo femenino es símbolo de imperfección, desaprobación, caos, desorden, debilidad, irracionalidad, torpeza, fealdad, en suma, de todas las cualidades femeninas, que vienen a ser las del Yin en la cultura China antes mencionadas. Entonces con el complejo patriarcal se intenta controlar y poner orden en ese caos, de ahí nace la anorexia. El hecho de comenzar a controlar la comida es un intento de poner orden. En otras palabras la anoréxica por medio de escuchar las voces del complejo patriarcal intenta callar las voces de la Gran Madre. Actos simbolizados en la comida al negar el hambre y en la represión de las necesidades del cuerpo propias de la mujer.

El obedecer las exigencias de dicho juez es fundamental para la anoréxica. El juez es la voz que representa las exigencias de la sociedad en nuestro interior. Nos convence de deshacernos de ser mujeres y todo lo que ello implica, por lo que a toda costa la anoréxica es una anulación de la propia feminidad. En la medida en que la anoréxica cumple con dicho mandato obtendrá la aprobación del juez, sin embargo el costo es alto y autodestructivo.

A través del alimento alcanza una sensación de vacío interno, de elevación y paz, mediante la cual se facilita la aceptación tanto de sí misma como del mundo exterior. La anoréxica siente que no es capaz de lograr, ni hacer nada

en su vida, por tanto, el “sacrificio” del síntoma, da un sentido de vida como ninguna otra cosa. Un factor importante es la predisposición dada a través de la personalidad y las experiencias vividas a lo largo de la vida, las cuales pueden haber sido muchas situaciones en las que la anoréxica tuvo la sensación de impotencia. La anorexia le ofrece una oportunidad para sentir que puede controlar algo en su vida, a través del alimento.

El resultado de la oferta inicia atacando la mente, confundiendo y distorsionando el pensamiento, con constantes bombardeos de críticas severas y restricciones que destruyen el autoestima y el amor propio, creando un individuo dentro de la mujer un juez tan insensible que poco a poco posee más territorio y poder. La oferta termina siendo una ilusión que ha dejado una mente trastornada y un cuerpo destruido. Tomando en cuenta casos en que todo termina en la misma muerte.

4.2 PERSPECTIVAS TEÓRICAS DE LA ANOREXIA

Nos parece indispensable reflexionar sobre las descripciones teóricas acerca de la anorexia. A continuación se presentará una síntesis de las principales perspectivas médicas y psicológicas que sin perder valor, nos parecen, reducen la significación del síntoma.

4.2.1 Perspectiva Biológica

El temperamento es determinado en gran parte genéticamente. Por ejemplo, la personalidad obsesivo-compulsiva y sensible- evitativa, puede ser heredada de padres a hijos o de generación a generación, además de ser personalidades vulnerables a los desordenes alimenticios. Los factores genéticos predisponen a algunas personas a desarrollar ansiedad, perfeccionismo, y pensamientos y comportamientos obsesivo-compulsivos, estas personas pueden llegar a tener un desorden alimenticio. En efecto, una persona con una madre o hermana que han tenido anorexia nerviosa, son doce veces más propensas que otras

personas que no han tenido esto en la familia, a desarrollar una anorexia. La persona que presenta anorexia tiene periodos de inanición largos, lo que provoca un desbalance químico a nivel cerebral alterando en la persona los sentimientos especialmente aquellos de paz y euforia y posteriormente presentándose episodios temporales de ansiedad y depresión. Especialistas postulan que las personas con desordenes alimenticios pueden utilizar la comida como un medicamento para lidiar con los sentimientos dolorosos y estresantes.

4.2.2 Perspectiva Psicológica

Las personas que presentan un desorden alimenticio se caracterizan por ser perfeccionistas y tienen expectativas irreales de si mismas y otros. A pesar de haber alcanzado muchos logros y metas se sienten insuficientes, defectuosos y desvalorizados. Son personas extremistas, todo se reduce a ser negro o blanco eliminando la existencia de puntos intermedios. Por ejemplo, las cosas se definen en base a ser bueno o malo, el éxito o fracaso, gorda o flaca. Adicionalmente piensan que al ser gordas no tendrán éxito ni serán aprobadas.

Algunas personas utilizan los desordenes alimenticios como una forma de anular su identidad. En una persona con anorexia es difícil definir si posee un cuerpo de mujer ya que debido a la falta de alimentación pierden los rasgos femeninos. Es por esta razón que quien sufre de anorexia evita la sexualidad. Los comportamientos del desorden pueden ser utilizados como medio para tomar control sobre si mismas y sus vidas. Son personas que usualmente, se ven envueltas en conflictos y luchas de poder, ganan las batallas pero por dentro se sienten débiles, impotentes, victimizadas, vencidas y resentidas.

Tienen una falta de sentido de identidad, se definen a si mismas dependiendo de cuan aprobadas estén por el mundo que las rodea. La mayor parte del tiempo presenta un mal humor debido a su búsqueda constante de aprobación y con miedo a ser criticadas o juzgadas. No conocen una manera sana de

expresar sus sentimientos, la expresan en contra de si mismas dejando de comer, purgándose y auto agredándose.

4.2.3 Perspectiva del Círculo Familiar

Según la teoría sistémica, las familias que tienen un miembro con un desorden alimenticio se caracterizan por ser sobre protectoras o abandonadoras, no registrando las necesidades de sus miembros y su familia como sistema.

La sobre protección por parte de los padres trasmite a los hijos un mensaje de inutilidad. Desde la infancia es necesario cierto grado de protección y preocupación por parte de los padres, sin embargo hay casos en los que a causa de una experiencia traumática en la familia donde de alguna manera han estado en riesgo las vidas de los hijos, los padres sienten una obsesión y excesiva preocupación por su cuidado. Llega un momento en que la sobre protección hace que los hijos pierdan la seguridad en si mismos o se sientan ahogados por esa extrema preocupación de los padres. Por otro lado los padres ausentes es el otro extremo, situación que también provoca inestabilidad en los hijos.

Aquellos padres que sobrevaloran la apariencia física, pueden involuntariamente contribuir al apareamiento de un desorden alimenticio. Inclusive los comentarios sutiles acerca de la apariencia física o cuerpos de los hijos pueden ser detonantes para dicha enfermedad.

Las familias sobre protectoras suelen constituirse por una madre fría afectivamente y un padre físicamente ausente, al mismo tiempo que ambos tienen grandes expectativas de los logros y éxitos de sus hijos. Al sentir mucha presión por parte de sus padres, los niños aprenden desde pequeños a no expresar sus dudas, miedos, ansiedades y conflictos internos. A lo anterior se suma la predisposición genética de la que hablamos anteriormente, de una personalidad sensible, obsesiva compulsiva o perfeccionista. De esta manera

el miembro de la familia más sensible y vulnerable al no encontrar salida para expresar sus sentimientos encontrará tarde o temprano alguna manera para hacerlo, este estado de represión de sentimientos, miedos, conflictos internos y ansiedades puede durar un largo período de tiempo en el cual apenas encuentre una manera de expresarse lo hará sin duda alguna. La anorexia, entre otros desordenes alimenticios es una salida para todo aquel contenido reprimido dentro del individuo, se convierte en un camino a través del cual la psique busca encontrar un equilibrio. La persona que elige el camino de la anorexia confunde la comida con sentimientos. La psique esta “embotada o empachada” de sentimientos, conflictos, miedos y ansiedades, contenidos reprimidos no expresados que junto con un evento traumático escogen el primer camino que aparece para ser liberados hacia la consciencia. La anorexia es un medio por el cual el individuo siente que, si no fue capaz de expresarse o de controlar ciertas experiencias que resultaron traumáticas, será capaz de controlar lo que come y cuando lo hace.

Entre otras características familiares que inciden en los desordenes alimenticios se encuentran: Tener relaciones extremadamente cercanas, esto tiene que ver con los límites entre los miembros. La falta de límites claros provoca conflicto y confusión en las relaciones. Otra característica es la evasión de conflictos y desacuerdos, sucede a menudo que al aparecer un desacuerdo o conflicto los miembros prefieren evadirlos, sin embargo, son asuntos que quedan pendientes y necesarios de expresar y resolver. Al evadir los desacuerdos se trasmite a los miembros de la familia que no está bien hablar de ellos, que es preferible el silencio a la expresión de los mismos. Como consecuencia existe dificultad para solucionar problemas. El producto de todo lo anterior es un sistema familiar cerrado, con límites confusos e indefinidos, sin la posibilidad de encontrar espacios para expresar sentimientos, miedos, angustias y conflictos, lo que constantemente, trae consigo grandes dificultades para resolver problemas. Los comportamientos mencionados se convierten en un hábito y funcionamiento habitual de la familia, algunos miembros se acoplan a este funcionamiento, mientras otros están

experimentando grandes conflictos internos al no poder expresarse y lidiar las cosas de otra manera. Este individuo no resistirá mucho tiempo reprimiendo sentimientos y contenidos que en su familia no son bienvenidos, cosa que hará que la psique individual busque desesperadamente cualquier otra alternativa para aliviar su caos emocional.

Familias que se caracterizan por tener una comunicación cerrada entre sus miembros y con el mundo externo, son propensas a tener un miembro con un desorden alimentario.

La creación de alianzas entre los miembros de la familia aumentan la tensión y el conflicto ya que cada quien busca hacer equipo con otro miembro y defenderse ante cualquier evento.

En las situaciones anteriores, el miembro mas sensible de la familia sentirá una enorme necesidad de expresar lo que esta pasando y romper con el silencio, este entrará en desesperación y ansiedad ante la idea de posible traición a su familia si lo hace. Mientras parece que el resto de la familia esta tranquila existe un miembro que esta intranquilo, ansioso, angustiado y desesperado por encontrar un canal de comunicación.

Familias donde se da lugar al abuso de poder y control de padres sobre hijos, de hijos hacia padres o del genero masculino sobre el femenino. Los niños aprenden que un genero vale mas que otro, creando un paralelismo que se convierte en una ley que crea distancias y luchas de poder entre hombres y mujeres, y lo que es mas, la represión ya sea del ánimus o del anima en ambos sexos.

Familias donde se da lugar a la crítica, hostilidad, imposición de expectativas muy altas, todas estas contribuyen a la existencia de sentimientos de culpa.

4.2.4 Perspectiva Socio Cultural: La Influencia de la Media

Dentro de los factores sociales se encuentra: los amigos, la familia, la sociedad, los medios de comunicación, la cultura y las exigencias que trasmite la misma.

Amigas obsesionadas con la apariencia, o enamorados crean una presión que puede tener consecuencias graves.

El modelo ideal de la figura y peso femenino, tal como se lo publicita en la actualidad, atenta contra la salud de la mujer, por exigir un peso que la mayoría de las mujeres no puede ni debe alcanzar. Sin duda, por la persistencia de esta tendencia, es lamentablemente cierto que la mujer delgada tiene mas posibilidades de tener éxito, de conseguir trabajo o una pareja. Podemos decir sin temor a equivocarnos que esta exigencia estética es la forma moderna de dominación sobre el cuerpo de la mujer en nuestra sociedad occidental.

A continuación podemos ver algunos ejemplos de esta avalancha de información a la que todos estamos expuestos.

Un breve paseo por revistas femeninas y propagandas publicitarias.

Estos son algunos ejemplos:

- “Si el rostro se te cae porque te dejaste estar y ahora vez un resultado de tu descuido y tus excesos...”
- “Con el nuevo y exclusivo xxx formulado especialmente para bajar de peso en primavera-verano, volverás a ser tú misma.”
- La joven, señalándose un rollito en la cintura, se mira al espejo, que le dispara, con una sonrisa maliciosa, la pregunta aterradora: “¿Con ese salvavidas, no te da vergüenza hacer el amor?”

Las propagandas que siguen salieron todas juntas en una tapa de revista argentina para mujeres, que tenía como modelo de tapa una mujer tan delgada que hasta la famosa Twiggy hubiera envidiado:

- Batalla antikilos: tres dietas de vanguardia, una para cada mujer.
- Lipoaspiración: milagros de la escultura corporal.

i. “Yo baje sin pasar hambre. Mientras duerme, mientras trabaja, mientras lee, usted también baje hasta once kilos en veintiún días sin hambre, sin píldoras, sin aparatos.”

“Haz la prueba. Pregúntale a tu media naranja, cuál de estos dos cuerpos se llevaría esta noche a la cama. (A la izquierda hay una mujer común, a la derecha hay una joven con un cuerpo más de acuerdo con los cánones actuales de delgadez). Si eligió el de la izquierda, te miente.

Acércate ya mismo a xxx y en veintitrés días no va a tener más motivos para mentirte.”

- “¿No está harta de ser usted misma? ¡Sea definitivamente otra! Consulte nuestro programa intensivo de adelgazamiento antes de las vacaciones.”

¿Quién puede resistir este “terrorismo” sin sentirse aludido? El contexto sociocultural, premia la delgadez y tiene prejuicios contra la gordura y es importante señalar que cuando se habla de un cuerpo ideal o espectacular nos estamos refiriendo no a un ideal de salud y bienestar sino de moda imperante en un determinado momento.

La sociedad comunica claramente que el papel más importante de la mujer es ser atractiva físicamente y refuerza esta idea sugiriendo que la totalidad de la mujer se expresa a través de la imagen corporal.

Debemos tener en cuenta, sin embargo de todo esto, que el factor socio-cultural debe ser observado en su justa medida, es decir, puede actuar como disparador o detonante, sin ser la causa profunda de los trastornos de la conducta alimentaria. El factor socio-cultural le da el texto en el que se asienta la palabra del enfermo, le dan el discurso o el pretexto (entendido como el texto previo) en el que se sostiene y sitúa estas enfermedades.

4.3 CARACTERÍSTICAS DE LA ANOREXIA

La anorexia o inanición auto provocada, es una enfermedad que puede ser fatal si no es tratada. La detección de sus síntomas es el primer paso para rescatar a alguien de esta peligrosa enfermedad.

4.3.1 Aspectos Psicológicos de la Anorexia

Debido a que los síntomas de la anorexia, de vómitos, ejercicio exagerado, hambruna y autoagresión son atemorizantes, se tiende a poner atención solo cuando aparecen estos signos. Estos síntomas externos no son sino, la punta del iceberg. Debajo de la superficie, yace el pedazo importante y grande del cuadro; un mundo complejo de sentimientos, pensamientos y experiencias. Tanto la punta del iceberg como la parte invisible, necesitan ser conocidas para así comprender su funcionamiento. Entre los síntomas psicológicos se encuentran:

- Baja Autoestima.
- Hipersensibilidad a críticas.
- Perfeccionismo.
- Extremismo.
- Obsesión por el Control.
- Rasgos Obsesivo-Compulsivos
- Falta de aceptación de la sexualidad.
- Aislamiento.

- Inmadurez emocional.
- Comportamiento pasivo-agresivo.
- Rasgos depresivos.
- Excesiva complacencia hacia los demás.
- Vacío espiritual.

La mujer que sufre anorexia experimenta con frecuencia sentimientos de fracaso, ya sea a causa de no cumplir con su régimen alimenticio o de no haber realizado tareas propuestas previamente. Viven en constante tensión y preocupadas ya que todo lo que hacen es una cuestión de obligación y deber. Lo anterior provoca en ellas un sentimiento de disforia, viven para cumplir con obligaciones, extraen de su lista actividades lo que les puede provocar placer y gusto. Presentan constante miedo al fracaso y a engordar. Su pensamiento se caracteriza por ser irracional, los pensamientos distorsionados acerca de su imagen corporal y vivencias provocan en ellas grandes conflictos internos. Por ejemplo, se sienten responsables de los conflictos que ocurren a su alrededor. Tienen la creencia y piensan que son indispensables en la vida de las personas que las rodean. Evaden constantemente enfrentar sus sentimientos, emociones, problemas personales y mirarse a ellas mismas físicamente, por lo que prefieren preocuparse y mirar a las demás personas y ocuparse de ellas. Su autovaloración depende de cuan exitosas sean para resolver los problemas del resto y ocuparse de ellos cuando se las necesita.

La mujer que sufre de anorexia, está intentando solucionar un conflicto interno a través de una solución externa. La anorexia se convierte en un medio a través del cual el individuo intenta solucionar un conflicto psíquico que ha venido desarrollándose desde hace tiempo. La anoréxica confunde la comida con sentimientos, al contener conflictos no resueltos, dificultad para comunicarse y expresar lo que siente, presenta un desequilibrio a nivel psíquico, sin embargo en lugar de enfrentar ese desorden y desequilibrio interno, dirigen su atención a su físico como intento de no enfrentar el desorden interno.

La autoagresión es un intento de sentirse a si misma. Ya que durante un largo periodo de tiempo el individuo ha logrado evadir su mundo interno a través del desorden, se genera una desconexión mente, cuerpo, espíritu, razón por la cual se deja de sentir, es mas difícil contactarse con uno mismo y con lo que pasa por dentro, lo que se siente es un vacío constante en donde todo da igual y las ilusiones se esfuman. La autoagresión es un intento de recuperar esa conexión perdida, es un intento de sentir, aunque eso signifique sentir dolor.

Al haber un desorden en la alimentación acompañado de restricciones de la mayor parte de alimentos, se produce un desbalance químico, el cual afecta a los niveles de serotonina en el cerebro afectando los estados de ánimo. Se evidencia fluctuaciones de ánimos recurrentes y cada vez más intensos.

La anorexia es un anestésico emocional, por medio de la misma, la persona evade sus sentimientos y sus miedos. La anorexia se desarrolla a través de una serie de conductas que después se convierten en hábitos además de una serie de pensamientos recurrentes que se convierten en la gasolina para que el desorden siga desatándose.

El individuo que sufre de anorexia está en negación, cree no tener un problema y dice que todo está bien, sin embargo, cuando se encuentra solo desahoga todo el dolor que esta detrás de dicha enfermedad. Muchos optan por no abandonar la enfermedad por miedo a que el dolor tan intenso que sienten no se vaya por completo. La recuperación se convierte en una ilusión, una meta inalcanzable. La enfermedad convence al individuo que este no se merece una recuperación o peor aun que no vale la pena el intento porque las cosas no serán mejor de lo que están ahora. Para no crear falsas esperanzas es mejor convencerse que no hay una salida previniendo cualquier camino que ofrezca aliviar su malestar.

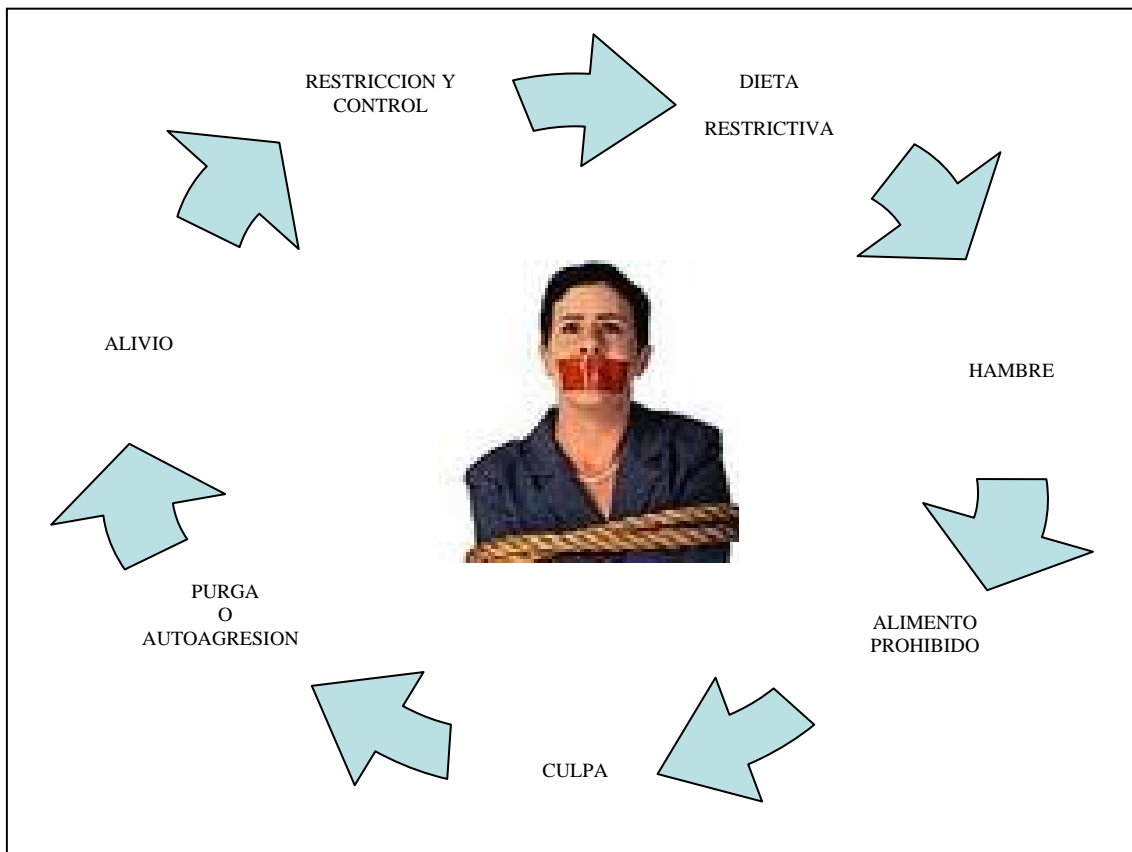


Figura 4.1: Ciclo de la anorexia

4.3.2 Complicaciones Médicas y Psicológicas de la Anorexia

4.3.2.1 Complicaciones Médicas

Si no se da un fin a los frecuentes periodos de inanición, se puede llegar a tener daños físicos irreversibles e inclusive a la muerte. Los desordenes alimenticios pueden afectar hasta los tejidos y órganos del cuerpo. Los órganos se alimentan principalmente de proteínas, el cerebro es un músculo que se mantiene principalmente con la glucosa y finalmente los huesos con el calcio. En la anorexia la ingesta de alimentos es cada vez menor. Al inicio el cuerpo se auto sustenta con las reservas que mantiene, sin embargo con el paso del tiempo se consumen las reservas y se alimenta de los músculos entre ellos el corazón. Al desgastarse los músculos se continúa esforzando el corazón, por lo que posteriormente aparecen signos de problemas cardiacos.

A nivel cerebral se pierde la memoria y dificultades para mantener la concentración. Se evidencia un daño hepático en el caso de abuso de sustancias, como por ejemplo la ingesta constante de laxantes o medicamentos para bajar de peso. Al no haber alimento en el estomago, se daña el recubrimiento del mismo produciéndose gastritis y flatulencia. La amenorrea mencionada con anterioridad es la ausencia de menstruación a causa de la ausencia de grasa y zinc en la dieta. Además encontramos otros síntomas como el sistema inmunológico debilitado, manos y pies fríos por lo que el cuerpo empieza a producir un vello llamado lanugo para calentar el cuerpo. La piel se seca y cambia de color a un grisáceo amarillento por la deshidratación y la anemia a causa de la falta de vitaminas y minerales. Se producen, episodios de desmayos, convulsiones, alteración del sueño, pesadillas, mareos y falta de concentración. El nivel de azúcar en la sangre disminuye, pudiendo provocar hipoglucemia con síntomas como: temblores, ansiedad, fatiga y sensación de picazón en todo el cuerpo. Disminución del crecimiento, incluso después de la recuperación de peso, la persona no puede alcanzar la estatura ideal esperada. En casos de mujeres con anorexia antes de la pubertad se produce un corte abrupto en su desarrollo como también en el crecimiento. Es importante mencionar que una de las consecuencias más impactantes de la anorexia es el no poder recuperar su estatura normal ni talla de sus órganos femeninos como los senos, luego de la recuperación. Por la pérdida de musculatura y luego de masa ósea aparece la osteoporosis. La presencia de amenorrea presenta el riesgo de esterilidad, siendo esta una de las consecuencias más dolorosas e irreversibles.

Tabla 4.1

Complicaciones médicas de la anorexia

Sistema	Síntomas	Signos	Resultados LAB.
Todo el cuerpo	Debilidad. Desmotivación.	Desnutrición	Bajo peso. Bajo índice de masa corporal.
Sistema Nervioso Central	Apatía. Desconcentración.	Deterioro cognitivo. Depresión. Irritabilidad.	Tomografía: Alargamiento ventricular. MRI: Disminución de masa gris y blanca
Sistema Cardiovascular	Incremento de la frecuencia cardíaca. Debilidad. Disnea Dolor en el pecho.	Cambios en la presión arterial. Vasoconstricción con acrocianosis.	ECG: Bradicardia, Arritmias, Prolongación Q-Tc (signo peligroso)
Sistema Óseo	Dolor de huesos.	Hipersensibilidad. Interrupción del crecimiento óseo.	Densitometría ósea: Osteopenia/ osteoporosis
Sistema Muscular	Debilidad. Dolor muscular.	Disminución de la masa muscular	Anormalidad en el funcionamiento de enzimas musculares por desnutrición.
Reproductivo	Falta de maduración de órganos sexuales. Disminución de libido.	Amenorrea. Regresión del desarrollo de caracteres sexuales secundarios. Problemas de fertilidad. Complicaciones en el embarazo y en el neonato	Hiperstrogenemia; Secreción de LH, FSH; Ausencia de desarrollo folicular

Sistema	Síntomas	Signos	Resultados LAB.
Endocrino, Metabólico	Fatiga. Intolerancia al frío. Diuresis Vómitos	Hipotermia. Deshidratación.	Desarrollo de lanugo
Hematológico	Fatiga	Hematomas por golpes leves. Anormalidades en la coagulación.	Anemia. Neutropenia con relativa linfocitosis. Trombocitopenia. Baja velocidad de sedimentación de eritrocitos (<i>glóbulos rojos</i>) Anormalidades del factor de coagulación.
Gastrointestinal	Vómitos. Dolor abdominal. Hinchazón. Diarreas. Estreñimiento	Distensión Abdominal al comer. Ruidos intestinales anormales.	Demora en vaciar el intestino. Resultados anormales de la función hepática.
Genitourinario	Sequedad.	Sangre en la orina	Mala filtración del glomérulo renal. Formación de cálculos renales
Tegumento (<i>Piel</i>)	Cambio en el vello Sequedad.	Lanugo.	

4.3.2.2 Complicaciones Psicológicas

En los trastornos de la conducta alimentaria, generalmente hay un problema de relación primaria con la madre. En el vínculo madre-hijo/a las partes están confundidas o tienen dificultades para diferenciarse, el malentendido es constante.

La anorexia es una manifestación de un sufrimiento psíquico, síntoma que esconde angustias arcaicas, ligadas a momentos primitivos de la constitución de la psique, especialmente a las rupturas precoces en relación al arquetipo de madre (figura materna interiorizada). Es una historia de pasiones, la relación madre e hijo/a muestra una intensa dependencia y paradójicamente un horror de esa dependencia que nutre la relación. Están aprisionadas de un mismo cuerpo- cárcel, en una perversión de querer, en una eterna búsqueda de completud de un vacío que es vacío de todos, como la paradoja del ser humano.

El tipo de pensamiento de la anoréxica es obsesivo compulsivo, girando no solo alrededor de la comida si no también de la autocrítica severa de si misma. Son personalidades que se sienten insuficientes e incapaces de lograr algo en su vida es así que al controlar su dieta alimenticia sienten que logran algo. Al inicio hacen un plan de alimentación en el cual evitan postres y fritos, después de lograr cumplirlo se felicitan a si mismas y hacen reajustes en su dieta, esta vez disminuyen su ingesta de carbohidratos y grasas. Si en el camino no son capaces de cumplir con lo estipulado se sienten fracasadas y frustradas de si mismas. Es importante tomar en cuenta que no comparten su nuevo plan alimenticio, a lo mucho lo hacen con la persona que prepara sus alimentos. Si rompen la dieta se sienten insuficientes, inútiles y débiles e incapaces de lograr algo, mientras que si la cumplen sienten mas respeto hacia si mismas, sube su autoestima y sienten mas orgullo de si mismas. Lo que al principio era una dieta se convierte en un régimen casi militar con restricciones cada vez más severas y autodestructivas, pudiendo provocar hasta la muerte. Además de controlar su alimentación, la mayor parte de pensamientos giran alrededor de aprobación y desaprobación de si mismas según lo que hacen o dejan de hacer. Controlan la alimentación y tienen expectativas muy altas de si mismas, son las mejores alumnas, las mejores hijas, nietas y hermanas. Persiguen la perfección a toda costa. El miedo a equivocarse o a fracasar hace que sean indecisas e inseguras, consultan todo lo que hacen a terceros, es importante tener su aprobación. El tomar una decisión por ellas mismas les trae

demasiada angustia y ansiedad, aquello significaría asumir las consecuencias para lo cual no están preparadas. La culpa a no cumplir con todos los requisitos autoimpuestos las lleva a la depresión y/o autodestrucción. Para la anoréxica, la culpa es un sentimiento frecuente y difícil de manejar. Sienten culpa por fallar en el control de su alimentación, al ingerir alimentos “prohibidos”, al no cubrir con las expectativas que los demás tienen de ella, en especial sus padres, al no obtener excelentes notas en el colegio, al no cuidar a su familia y en especial sus hermanos, al no hacer ejercicio, es decir, por todo lo que hacen o no hacen, se produce culpa.

Se observa ansiedad y depresión. En el transcurso de la enfermedad aparece la paranoia, sienten que todos las observan al mismo tiempo que esperan el momento adecuado para confrontarlas acerca de su enfermedad. Vale la pena aclarar que la anoréxica no acepta que tiene una enfermedad, es más, para ella todo esto normal y por fin tiene sentido su vida. Sin embargo en el momento que su familia la confronta, ella duda acerca de la posibilidad de estar realmente enferma por lo que entran en pánico de ser descubiertas y que se les quite lo que con tanto esfuerzo han logrado. Los pensamientos y preocupaciones se tornan más obsesivos tomando toda su energía, les cuesta cumplir con tareas y estudio. Los comportamientos compulsivos son rituales que norman la mayoría de sus actividades y las hacen sentir en control. La obsesión por la perfección y los comportamientos compulsivos crean la ilusión de un orden interno. Por ejemplo, se pasan horas limpiando su dormitorio, arreglando aparatos, asegurándose que todo este limpio y en orden y tienen la sensación que por un instante todo tiene orden y sentido en su mundo interior de emociones pensamientos y sentimientos, sin embargo, esto es falso, en cuanto la sensación de orden externo desaparece hay un choque brusco con la realidad. Una anoréxica tiene su forma de hacer las cosas, en la noche por ejemplo antes de acostarse, toma una ducha, se lava la cara, el cuerpo, se asegura de tener todos los productos para su higiene personal y usarlos paso a paso siguiendo un orden específico. Se untan crema en el cuerpo, se ponen pijama, prenden velas en su cuarto, se preparan un te, regresan a su dormitorio

y hacen unas cuantas actividades mas antes de conciliar el sueño. Si por algún motivo alguna amiga le invita a dormir a su casa, ella no acepta la invitación porque le causa angustia y ansiedad el no poder llevar a cabo sus rituales nocturnos.

Tienen sentimientos de ser rechazadas y de soledad, de no pertenecer a ningún lugar. Les cuesta relacionarse con el mundo exterior por estar involucradas la mayor parte de tiempo consigo mismas escuchando sus pensamientos y pendientes de cumplir con lo que se imponen a diario. Se aíslan de sus amigos y la familia. El juez que llevan en su interior es tan crítico y severo que creen que la gente que las rodea hará lo mismo. Por esta razón están pendientes de la opinión y expectativas que los demás tienen de ellas.

Se sienten impotentes y atrapadas en si mismas, no pueden deshacerse de los pensamientos obsesivos y de los comportamientos compulsivos. Experimentan cambios de humor frecuentes y se desesperan al no poder salir de esta situación. Nadie les entiende, se les hace difícil compartir lo que es para ellas vivir atrapadas en si mismas y no poder salir. El momento más crítico de la enfermedad es cuando las anoréxicas están convencidas de que los pensamientos obsesivos y las críticas son parte de su identidad. Por lo que su identidad esta confundida con la de la enfermedad. Se caracterizan por tener una actitud pesimista y fatalista. Están convencidas que no serán capaces de triunfar y que todo lo que hagan lo hacen mal.

4.3.3 Distorsiones de Creencias

En la anorexia, un área que se ve seriamente afectada es la intelectual, por toda la supresión alimentaria que causa problemas a este nivel. Uno de los síntomas que podemos observar son las distorsiones cognitivas que es la tendencia a evaluar las cualidades personales recurriendo a categorías extremas, blanco o negro. Las formas de pensamiento todo o nada constituyen la base del perfeccionismo. Estos pensamientos distorsionados que afectan el

área intelectual, son como la metástasis en el cáncer, la anorexia se apodera primero de la mente, distorsionando los pensamientos que el individuo tiene de sí mismo, de su apariencia, no solo física, sino también de lo que piensa de sí mismo y de su vida. En realidad esta distorsión del pensamiento es el primer síntoma con que se manifiesta la enfermedad, pero no es fácil detectarlo, ni para la persona que lo sufre, ni para los que lo rodean, porque en el sistema social imperante, una persona crítica, y extremadamente disciplinada, encaja a la perfección.

Como se menciona anteriormente, la anorexia tiene sus signos y síntomas psicológicos y físicos que se originan a través de creencias distorsionadas. Las fallas a nivel intelectual se refieren a una serie de pensamientos que condicionan la aprobación del individuo frente a si mismo y a los demás. Por ejemplo, pensar que el valor de si misma esta en función de la perfección. Cada tarea que desempeña debe ser realizada a la perfección de lo contrario no sirve. Si por alguna razón se fracasa, el fracaso no será en cuanto a no poder hacer esa determinada tarea sino que significará un fracaso personal. La creencia del individuo será que no es bueno para nada y que siempre esta sujeto al fracaso. Al pasar del tiempo las creencias se refuerzan cada vez mas, haciendo de ellas verdades eternas irrefutables que obligan al individuo a vivir condicionado por ellas. La primera fase de enfermedad es la negación en la que el individuo no se cuestiona la validez de dichas creencias, simplemente vive en base a ellas con lo ojos cerrados. Conforme se desarrolla la anorexia aparece como contraparte a las creencias distorsionadas, un lado que lucha contra ellas, que viene a ser el yo reprimido por todas las imposiciones y exigencias que el individuo crea.

Se convierte en una conferencia interna entre las dos partes, constantemente el individuo esta perturbado por estas voces. En el inicio de la enfermedad son mas fuertes las distorsiones cognitivas, empero en terapia, en la recuperación, se pretende hacer un proceso mediante el cual el individuo se de cuenta de la presencia de estas voces y poco a poco se identifique con la parte sana y

equilibrada que intenta tomar un lugar. Una anoréxica esta escuchando voces dentro de su cabeza el noventa y nueve por ciento de tiempo, se pasa analizando cada elección, cada conducta y pensamiento que tiene, hasta el punto de llegar a un agotamiento mental y emocional que le hace ser impulsiva con ella misma y los demás llegando a la autoagresión como intento de huir de sus pensamientos y obsesión.

Las leyes fundamentales de una vida anoréxica son; el perfeccionismo, la extrema necesidad de amor y aceptación por lo que hay una baja tolerancia a la frustración de decepcionar a los otros. Una chica anoréxica se convierte en la jueza mas dura consigo misma, cree tener la capacidad de predecir el fracaso antes de llegar a los resultados, las evaluaciones autocríticas son extremas. Se imagina que los demás tienen expectativas muy elevadas de ella, sin embargo esto es una construcción de su propia imaginación.

4.3.3.1 Distorsiones de Actitud y Pensamiento

El pensamiento de una anoréxica se caracteriza por reconocer únicamente los extremos, es decir juzgar a los demás y a si mismas en tonos de negro o blanco, sin tomar en cuenta tonos intermedios. Ejemplo: Control / Caos; Gordo / Flaco; Todo / Nada; Siempre / Nunca.

El autoestima y auto valoración solo dependen de los que los demás piensen. Si perciben que no son aprobadas por los demás entran en crisis la cual termina en comportamientos de autoagresión. Todo lo que ocurre en el mundo refleja sus fracasos y la creencia de que los demás se van a decepcionar de ellas. El tipo de pensamiento y la actitud son negativas a tal punto que se convencen de que todo el caos y lo negativo que sucede a su alrededor es causado por ellas. Constantemente se castigan por no hacer feliz la vida de los demás. Tienen la ilusión de tener el control de lo que pasa con la vida de los otros.

Cierran las posibilidades de su vida generalizando. Es decir si en alguna ocasión las cosas no salieron de la mejor manera, piensan que siempre sucederá lo mismo. En otras palabras, si en algún momento les fue mal en algo o con alguien, están convencidas de que esto se convertirá en una repetición sin fin. Siempre se adelantan a los hechos, y sacan conclusiones antes de ver los resultados.

Poseen un pensamiento mágico y supersticioso, crean historias y fantasías mágicas en las que logran metas que establecen para si mismas, todo alrededor será perfecto y en el momento que esto no es así, se juzgan severamente.

Su pensamiento se caracteriza por la magnificación y catástrofe. Tienden a percibir las situaciones y problemas más grandes de los que realmente son. Se fijan en lo negativo de cada situación y evento y lo magnifican. Analizan las situaciones y las distorsionan para ser ellas las responsables del caos y fracaso. Sobre valoran los sentimientos negativos e identifican el fracaso en todo.

Aplican la abstracción, lo que quiere decir que fragmentan una situación o evento buscando lo negativo o lo que les molestó, en lugar del contexto en su totalidad. Se enfocan en el detalle o un aspecto específico de una situación, a pesar, de que el contexto pueda ser muy diferente a lo que ellas asumen.

El perfeccionismo es una característica del pensamiento y de la conducta de una anoréxica. Como característica del pensamiento, se evidencia como un pensamiento rígido que no permite la desviación de una tarea o comportamiento por una suposición de consecuencias negativas, generalmente sin fundamento.

CAPÍTULO V

5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

- Un desorden alimenticio, en este caso la anorexia, se vale de la comida para aliviar un malestar interior. Es decir, al ser usada con propósitos emocionales, las funciones que cumple son similares a las drogas o al alcohol, provee un escape.
- El aspecto de extremo sacrificio del síntoma parece sostener un intento fallido de salvaguardar un falso sentido de sí misma y un grado de autodeterminación, el síntoma es una forma de tramitar la situación traumática, de aliviar el dolor psíquico insoportable que es reemplazado por el sacrificio del cuerpo, dolor voluntario y elegido. Pero también es una forma paradójica de resistencia, de oposición a la extrema atención, significación y valoración que se presta a lo exterior, a la superficie del cuerpo en detrimento del self, del individuo.
- En el occidente el patriarcado ha llegado a su cumbre tras haber logrado un desplazamiento de género a nivel social, mediante la transmisión del mensaje de que los hombres valen más que las mujeres. Como consecuencia se crea una forma de organización social que gira alrededor de los valores de la consciencia masculina tomando cada vez más fuerza, alejando al individuo del vínculo con valores trascendentales provenientes del modelo primitivo de la femineidad. La anorexia es un intento de reprimir los valores femeninos desvalorizados por la sociedad.
- El mayor representante del arquetipo del Gran Padre en la humanidad es la institución de la iglesia, manifestando la necesidad de apropiarse de la

libertad del individuo con el objetivo de mantener su poder como institución.

Sin embargo el arquetipo del Padre es esencial en la ruptura de la identidad fusionada del individuo con la madre mediante la introducción de reglas y normas que propician la entrada del ser humano a la sociedad y la cultura, haciendo posible que construya una identidad separada a la de la madre.

- La anorexia es clasificada como un trastorno mental, caracterizado por el rechazo a mantener el peso corporal adecuado según la edad y la talla. Acompañando al trastorno está el miedo intenso a subir de peso, aunque éste se encuentre dentro de lo normal.
- Se presentan consecuencias a nivel médico y psicológico, considerando el riesgo de secuelas permanentes, como la esterilidad, producto de una amenorrea prolongada. En el caso de no contar con una recuperación sólida, existe el peligro de que tanto las distorsiones cognitivas como los hábitos alimenticios y carácter obsesivos sean recurrentes.
- Con el sustento teórico de la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung es posible explicar la anorexia como una manifestación de un complejo patriarcal. Recordando que el complejo se forma alrededor de un arquetipo. El complejo patriarcal se alimenta de la experiencia personal de la mujer con su padre personal y el impacto que se produce en el encuentro con el contenido del arquetipo de Padre. La magnitud y la fuerza de dicho complejo está determinada por el impacto que produce en el choque de la experiencia personal con los contenidos arquetípicos. Con lo anteriormente mencionado es posible considerar a la anoréxica como víctima de la sociedad que refleja el síntoma de los errores cometidos por un sistema patriarcal que reprime los valores femeninos.

5.2 RECOMENDACIONES

- A través de la investigación realizada, me permito sugerir que se provea de una información mas apropiada acerca de los trastornos de la conducta alimentaria en general y de la anorexia en especial, tanto en escuelas, colegios y universidades, como en charlas a padres de familia.
- Me permito recomendar que al ser la anorexia una enfermedad mental que afecta fundamentalmente la parte física de la persona, es necesario sugerir que los profesionales de la salud estén plenamente preparados par atender este tipo de dolencias.
- Por el presente estudio se puede dar cuenta que los síntomas de la anorexia, tratan de encubrir un problema emocional severo, por lo tanto los tratamientos que solo pretendan la remisión del síntoma, son incompletos.

La atención para estos trastornos debe ser interdisciplinaria y multifocal. El síntoma, una vez establecido, ha adquirido autonomía en cada uno de los niveles consignados (biológico, familiar, individual). Por lo tanto, el tratamiento debe encararse simultánea e independientemente siguiendo esos tres ejes fundamentales. Se considera que el enfoque interdisciplinario es decir en donde los profesionales formen un equipo, es el instrumento terapéutico que mejor respuesta puede ofrecer, pues tiene la posibilidad de abarcar los diferentes niveles de asistencia que esta patología requiere pero con un intenso trabajo en común en la evaluación del paciente en cada estadio de su tratamiento y en la elaboración de las estrategias correspondientes.

- Me permito sugerir a la UDLA proveer a la biblioteca de libros acerca de las enfermedades mentales tales como la anorexia, sus datos médicos, causas y consecuencias, además de libros acerca de la Psicología

Analítica de Jung para que los alumnos puedan utilizarlos y enriquecer sus conocimientos.

GLOSARIO

Acrocianosis: es una enfermedad vascular poco común. Afecta la piel de manos y pies, en menor grado la piel de antebrazos y las piernas. Consiste en la vasoconstricción arterial combinada con la dilatación del plexo venoso subpapilar de la piel, mediante el cual circula con lentitud la sangre desoxigenada.

Alargamiento ventricular: a causa de la desnutrición se provocan arritmias ventriculares que pueden ejercer acción a través de diversos mecanismos: aumentan la irritabilidad del músculo cardíaco por estimulación simpaticomimética; alterando la permeabilidad de la membrana celular.

Amenorrea: ausencia de al menos tres ciclos de menstruación consecutivos.

Anorexia Nerviosa: Rechazo a mantener el peso corporal igual o por encima del valor mínimo normal considerando la edad y la talla, acompañado de un miedo intenso a subir de peso, aun con un peso normal.

Anorexia: La anorexia es un desorden alimentario, definido como un trastorno psicológico, emocional, espiritual, físico y relacional, que afectan el comportamiento del ser humano frente a la comida. Se caracteriza por el rechazo a mantener el peso adecuado (Índice de Masa Corporal). Con miedo intenso a ganar peso, existe una alteración de la percepción a nivel cognitivo del peso o la silueta. Viene acompañado de ansiedad continua además de comportamientos obsesivos compulsivos. Hay una sobrevaloración de la delgadez, llegando a una obsesión.

Apatía: falta de emoción, motivación o entusiasmo.

Arquetipos: Arquetipo tiene sus raíces del griego “arje”, o arcaico, y “tipus” o huella. También llamados prototipos o modelos originales. Jung las llamó imágenes universales y primordiales, contenidas en el inconsciente colectivo.

Bradycardia: es el descenso del ritmo cardiaco. Con una frecuencia menor a 60 ppm.

Bulimia: trastorno alimenticio considerado como una enfermedad psicológica, cuyo principal síntoma es el hambre exagerada e insaciable.

Complejos: Están al nivel inconsciente de la psique. Son formaciones alrededor de los arquetipos. Son un conjunto de imágenes, emociones, vivencias, experiencias y sensaciones asociadas a un mismo tema, dependiendo del arquetipo.

Compulsión: impulso irresistible u obsesivo a la repetición de una acción determinada.

Compulsiones: Conductas repetitivas, basadas en reglas estereotipadas por el individuo.

Disnea: es la dificultad respiratoria o falta de aire.

Diuresis: Se define como la excreción aumentada de la orina. El riñón produce normalmente hasta 180 litros de “pro orina” (filtrado glomerular) por día, sin embargo reabsorbe la mayor parte de esta antes de que llegue a la vejiga.

Edad de Oro: conocida como el Siglo de Oro, que va desde la época clásica o de apogeo de la cultura Española. Momentos históricos destacados principalmente por el Renacimiento del siglo XVI y el Barroco del siglo XVII.

Edén: palabra utilizada como sinónimo de paraíso. Originalmente paraíso hace referencia a un hermoso jardín extenso. El origen de la palabra Edén es acadio (un pueblo semita), su significado es un lugar puro y natural.

FSH: hormona folículo estimulante, liberada por la hipófisis anterior o pituitaria. En las mujeres se encarga de la estimulación de la producción de óvulos y de una hormona llamada estradiol durante la primera mitad del ciclo menstrual.

Gino céntrico: (centrado en la mujer) dando importancia a las interacciones pacíficas y al desarrollo de la creatividad y arte en lugar de concentrarse en las conquistas o la dominación.

Gran Madre: Esta entre los arquetipos básicos de C.G. Jung. Se define como una imagen primordial, universal heredada de la historia de la humanidad. Se caracteriza por su ambivalencia, al mismo tiempo que es beneficiosa puede ser perjudicial. Sin embargo se la conoce por el cuidado, protección, cobijo, nutrición, placer, quietud y calidez. Es una imagen que pertenece al inconsciente colectivo por lo que contiene información arcaica y anterior a nuestra existencia. El arquetipo tiene asociación con la vida psíquica prenatal e intrauterina.

Gran Padre: Esta entre los arquetipos básicos de C.G. Jung. Se define como una imagen primordial, universal heredada de la historia de la humanidad. Se caracteriza por su ambivalencia, al mismo tiempo que es beneficiosa puede ser perjudicial. Se caracteriza por la ambición, autoridad, competitividad, lucha de poder y el control y la disciplina. Da importancia a la fuerza y la capacidad para establecer objetivos claros y definidos para cumplir metas.

Heliografía: es un procedimiento fotográfico, creado por Joseph- Nicéphore, quien distinguía entre las imágenes que al ser obtenidas mediante este método, suponían reproducciones de grabados ya existentes.

La mente, contenida en la parte física del cerebro ha heredado ciertas características que determinan la manera en que reaccionara ante las experiencias de la vida y más aun determinan el tipo de experiencias que tendrá.

Hematomas: acumulación de sangre causada por la ruptura de vasos capilares, que aparece como respuesta corporal de un golpe.

Hiperstrogenemia: exceso de estrógenos en la sangre.

Imago: Termino utilizado para diferenciar la realidad objetiva de una persona de la percepción subjetiva. Es una imagen construida a partir de un complejo que del objeto en si, por lo que la Imago no es idéntica al objeto. Los imagos son consecuencia de la combinación de experiencias personales con imágenes arquetípicas del inconsciente colectivo. Como todo lo inconsciente, se experimentan en la proyección.

Inanición: estado de extrema debilidad y desnutrición por falta de alimento.

Inconsciente colectivo: El inconsciente colectivo esta formado de contenidos arcaicos heredados a lo largo de la existencia de la humanidad, contenidos que no han sido conscientes. Habitan el inconsciente colectivo en forma de imágenes latentes, o primordiales, a las que Jung, denomino arquetipos.

Inconsciente personal: Es un nivel mental que contiene aquellas actividades que no tuvieron acceso a la mente consciente, incluyen, experiencias reprimidas o rechazadas a causa de ser muy dolorosas o amenazantes para el equilibrio psíquico del individuo, problemas sin resolver, conflictos personales, morales, material subliminal, (todo aquel material captado por el campo de consciencia pero no por el ego). Su función es negar el acceso del contenido a la consciencia, sin embargo es posible recuperarlo en caso de ser necesario a lo largo de nuestras vidas.

Índice de masa corporal (IMC): conocida también como Índice de Quetelet, es una medida de asociación entre el peso y la talla de un individuo. El creador de tal formula fue el belga L.A.J. Quetelet.

$$\frac{\text{peso}(kg)}{\text{talla}^2(m^2)}$$

Inflación: Se denomina inflación a la identificación del Ego con el Personaje o Persona, en lugar de su verdadera naturaleza, creando un desbalance psíquico.

Lanugo: vello que produce el organismo para calentarse.

LH: Hormona luteinizante o luteoestimulante también llamada lutropina. Es una hormona gonadotropina, que al igual que la FSH, es producida por el lóbulo anterior de la hipófisis o pituitaria.

Libido: C. G. Jung, define a la libido como la libre creatividad o la energía psíquica de la que todo individuo dispone para su propio desarrollo personal.

Mana: es una imagen que aparece en procesos de individuación avanzados. Es una imagen de extraordinario poder, madurez y sabiduría.

Neolítico: Es uno de los periodos en los que se divide la edad de Piedra, se origina del griego neós (nuevo), y de lithos (piedra). Época que se caracteriza por el uso de la agricultura y ganadería, acompañado casi siempre de la alfarería.

Neutropenia: Conocida también como granulocitopenia. Tiene que ver con la disminución aguda o crónica de granulocitos de la sangre, es un fenómeno anormal en la sangre que puede predisponer al cuerpo humano a contraer infecciones.

Obsesiones: ideas pensamientos, imágenes o impulsos recurrentes y persistentes.

Osteopenia: Disminución de la densidad mineral ósea que puede conllevar a una osteoporosis.

Osteoporosis: enfermedad que consiste en la disminución de la masa ósea y resistencia mecánica, provocando susceptibilidad para las fracturas. Es la principal causa de fracturas óseas en mujeres después de la menopausia.

Patriarcal: del patriarca, relacionado a su autoridad y gobierno.

Prolongación Q-Tc: termino relacionado al funcionamiento del corazón.

Purga: Expulsión o eliminación.

Sistema: Conjunto de reglas o principios sobre una materia racionalmente enlazados entre sí.

Trastorno obsesivo compulsivo (TOC): síndrome psiquiátrico. Pertenece al grupo de desordenes de ansiedad.

Velocidad de sedimentación de eritrocitos: distancia que recorren los glóbulos rojos.

BIBLIOGRAFÍA

CLAUDE-PIERRE, Peggy; "The Secreto Language of Eating Disorders"; 1ra edición; editorial Vintage Books; Nueva York- Estados Unidos; 1999

COHN, Leigh; HALL, Lindsey; "Bulimia: A Guide of Recovery"; 5ta edición; editorial Gurze Books; Carlsbad – Estados Unidos; 1999

COLLINS, Laura; "Eating with your Anorexic"; 1ra edición; editorial McGraw-Hill, Inc.; Nueva York - Estados Unidos; 2005

FENDRIK, Silva; "El País del Nuncacomer"; 1ra edición; editorial Libros de Zorz; Madrid- España; 2004

GONZÁLEZ, José Francisco; "Anorexia"; 1ra edición; editorial Edimat Libros, S.A.; Madrid - España; 2005

HALL, C; NORDBY, V; "Conceptos Fundamentales de la Psicología de Jung"; 1ra edición; editorial Psique; Buenos Aires- Argentina; 1975

HUSAIN, Shahrukh, "La Diosa"; 1ra edición; editorial Evergreen; Singapur; 2001

JANTZ, Gregory L; MCMURRAY, Ann; "Hope, Help and Healing for Eating Disorders"; 2da edición; editorial Shaw Book; Colorado- Estados Unidos; 2006

JUNG, C.G. "El hombre y sus símbolos"; 1ra edición; editorial Caralt; Barcelona- España; 1984

JUNG, C.G; "Aion: Researches into the phenomenology of the Self"; Editorial Princeton University Press; New Jersey- USA; 1979

JUNG, C.G; "Arquetipos e inconsciente colectivo"; 1ra edicion; editorial Paidós; Barcelona – España; 1970

JUNG, C.G; "Los complejos y el inconsciente"; editorial Printer Colombiana Ltda.; Bogotá- Colombia; 1986

LEVENKRON, Steven; "Anatomy of Anorexia"; 1ra edición; editorial W.W.Norton & Company, Inc.; Nueva York - Estados Unidos; 2000

ROTH, Geneen; "When Food is Love"; 1ra edición; editorial Plume; Estados Unidos; 1991

SACKER, Ira M; ZIMMER, Marc A; "Dying to be thin"; 10ma edición; editorial Warner Books, Inc; Nueva York - Estados Unidos; 1987

SHARP, Daryl; "Lexicon Junguiano: "Compendio de términos y conceptos de la psicología de C. G. Jung"1ra edición; editorial Cuatro Vientos; Santiago de Chile- Chile; 1994

STRADA, Graciela; "El desafío de la anorexia";1ra edición; editorial Síntesis, S.A.; Madrid – España; 1998

WHITE, Boskind Marlene; WHITE, Jr. William C.; "Bulimia/Anorexia: The Binge/Purge Cycle and Self- Starvation "; 3ra edición; W.W.Norton & Company, Inc.; Nueva York - Estados Unidos; 2000

WILBER, K. "La consciencia sin fronteras."; 1ra edición; editorial Kairós, S.A.; Barcelona- España; 1989

WOODMAN,M; EISLER,R; BOLEN,J.S.; SINGER,J;JOHNSON,R; "Ser Mujer"; 1ra edición; editorial Cairos; S.A.; Barcelona-España; 1992