

Memorias del Olvido:  
Resiliencia y catarsis por medio del dibujo y la escritura

Handy Julieth Aparicio Hernández

Trabajo de Grado para Optar al Título de Maestra en Artes Plásticas

Director:

Roger Edgardo Díaz Carreño

Magister en Filosofía

Universidad Industrial de Santander

Instituto de Proyección Regional y Educación a Distancia – IPRED

Programa de Artes Plásticas

Bucaramanga

2024

## **DEDICATORIA**

Dedico mi proyecto de grado basado en mi memoria, a mi amada madre, a quien le debo mi existir, a mi hermana y a mi primito a quienes tanto amo. Quiero dedicar mi esfuerzo a mi gran amor de infancia, que en un ayer plasmó un recuerdo que brindó la fuerza necesaria para resistir y soportar los rechazos, las caídas, y las decepciones de mi vida.

Hice este escrito para usted, para cada lector que tenga la necesidad de leer mis letras y ver mi arte; a todos aquellos que hayan vivido una experiencia similar, recuerden que rendirse no deja nada más que nuestro olvido.

## **AGRADECIMIENTOS**

Gracias a Dios por alcanzar esta meta, gracias a mi madre por traerme en su interior y ser mi compañía durante este intenso destino. Gracias al IPRED – UIS por aparecer inesperadamente en mi vida cuando más lo necesité, marcar mi rumbo y devolver la ilusión que hoy estoy tan cerca de alcanzar, graduarme realizando lo que más amo, dibujar.

Mis agradecimientos profundos y sinceros hacía las personas que sin esperar nada a cambio me brindaron su ayuda en diferentes ámbitos durante mi proceso de recuperación, y mientras culminaba esta meta.

Para finalizar, brindo un fuerte abrazo y agradecimiento a la persona más importante de mi vida, a mí misma.

**TABLA DE CONTENIDO**

INTRODUCCIÓN .....	11
CAPÍTULO 1: REFERENTES ARTÍSTICOS Y CULTURALES.....	14
Referentes Artísticos.....	14
La Columna Rota – Frida Kahlo.....	14
Mi Cama: (My Bed) – Tracy Emin.....	15
Testimonios – Regina José Galindo.....	17
Ritmo Cero – Marina Abramovich .....	18
Susana y los Viejos - Artemisia Gentileschi.....	20
Hatsushika Hokusai: .....	22
Referentes Conceptuales.....	23
Catarsis.....	23
Bullying Homofóbico .....	24
Trauma Craneoencefálico Severo Difuso .....	25
Tratamiento en Pacientes con Trauma Craneoencefálico.....	25
Secuelas.....	26
El Arte como Medio de Superación.....	27
CAPITULO 2. MI PRIMER AMOR .....	30
CAPITULO 3. EL AMOR DE MI VIDA.....	39
CAPITULO 4. PROCESO TRAUMATICO .....	48
CAPITULO 5. EL DESPERTAR .....	52
CONJUNTO DE OBRAS PARA EL MONTAJE .....	72
Lugar de Montaje:.....	73
Grupo 1: .....	73

Propuesta de Montaje:.....	79
Grupo 2: .....	79
Propuesta de Montaje:.....	82
Grupo 3: .....	82
Propuesta de Montaje:.....	87
Grupo 4: .....	86
Propuesta de Montaje:.....	90
Grupo 5: .....	90
Propuesta de Montaje:.....	93
Exposición definitiva .....	93
CONCLUSIONES .....	94
BIBLIOGRAFÍA .....	95

**LISTA DE FIGURAS**

Figura 1 .....	14
Figura 2 .....	15
Figura 3 .....	17
Figura 4 .....	19
Figura 5 .....	20
Figura 6 .....	22
Figura 7 .....	73
Figura 8 .....	74
Figura 9 .....	75
Figura 10 .....	75
Figura 11 .....	76
Figura 12 .....	76
Figura 13 .....	77
Figura 14 .....	78
Figura 15 .....	79
Figura 16 .....	80
Figura 17 .....	80
Figura 18 .....	81
Figura 19 .....	81
Figura 20 .....	82
Figura 21 .....	83
Figura 22 .....	83
Figura 23 .....	84
Figura 24 .....	84
Figura 25 .....	85
Figura 26 .....	86
Figura 27 .....	87
Figura 28 .....	87
Figura 29 .....	88

Figura 30.....	88
Figura 31.....	89
Figura 32.....	90
Figura 33.....	91
Figura 34.....	91
Figura 35.....	92
Figura 36.....	93
Figura 37.....	93

**LISTA DE TABLAS**

Tabla 1 .....	15
Tabla 2 .....	16
Tabla 3 .....	18
Tabla 4 .....	19
Tabla 5 .....	21
Tabla 6 .....	23

### **Resumen**

**Título:** Memorias del olvido

**Autor:** Handy Julieth Aparicio Hernández

**Palabras Clave:** historia de vida, memoria, resiliencia, catarsis, dibujo, escritura

Memorias del olvido, es un proyecto basado en una persona a quien se le dividió la vida en un antes y un después durante su adolescencia. La artista es la protagonista de la historia, quien expone sus recuerdos más profundos por medio de una serie de dibujos tras sufrir un accidente automovilístico, recibiendo un golpe fuerte en la cabeza, causante de un trauma craneoencefálico severo difuso, permaneció veintitrés (23) días en coma, despertó sin reconocer a nadie, con dificultades para caminar, con cambios de personalidad, falta de control sobre sus impulsos, sensibilidad extrema, baja capacidad de concentración, déficit de la memoria o discernimiento, con memoria a corto plazo (MCP), también conocida como "memoria primaria".

Handy Aparicio relata su autobiografía con el objetivo de liberar sus cadenas, sus dolores, ataduras, y tristeza existencial realizando una catarsis, con el fin de generar un cambio en su vida hallando la calma, la paz y la tranquilidad para el fantasma de su infancia. Obra donde expresa sus sentimientos causa a la reacción social recibida por las personas cercanas y lejanas.

**Abstract**

**Title:** Memories of Forgetting

**Author:** Handy Julieth Aparicio Hernández

**Keywords:** life story, memory, resilience, catharsis, drawing, writing.

“Memories of Forgetting” is a project based on an individual whose life was divided into a “before” and an “after” during their adolescence. The artist is the protagonist of the story, who expresses their deepest memories through a series of drawings after experiencing a car accident. The impact to their head caused severe diffuse traumatic brain injury, and they remained in a coma for twenty-three (23) days. Upon waking, they didn’t recognize anyone, had difficulty walking, underwent personality changes, lacked impulse control, experienced extreme sensitivity, had low concentration capacity, and suffered from memory deficits or discernment issues. Their short-term memory, also known as “primary memory,” was affected.

Handy Aparicio recounts their autobiography with the aim of freeing themselves from chains, pain, and existential sadness. Through catharsis, they seek to bring about a change in their life, finding calm, peace, and tranquility to confront the ghost of their childhood. The work expresses their feelings in response to the social reactions received from both close and distant individuals.

## INTRODUCCIÓN

Memorias del olvido es una propuesta artística de exploración y descubrimiento personal. Quise exponer lo buena que era mi vida, la cual no valoré, lastimosamente por mi falta de juicio empecé a tomar y todo llevó a un lamentable accidente.

A partir de ahí empezó lo realmente malo, un giro en el que quiero mostrar el trato y el comportamiento que la gente allegada y desconocida tenía conmigo al ser una víctima de trauma craneoencefálico severo (TCE). Expreso mis sentimientos mediante la técnica del dibujo, donde dejo al libre análisis de cada quien su forma de reaccionar, con el deseo de hacer un poco más conscientes a las personas, para que tengan más empatía y entendimiento al relacionarse con víctimas de un trauma craneoencefálico. Consecuencia de la cual nadie está exento, o cualquier otro infortunio similar.

El título “Memorias del Olvido” es profundamente significativo para mi trabajo de catarsis tras un trauma craneoencefálico severo. La canción con el mismo nombre habla de enfrentar y procesar recuerdos después de una pérdida, lo cual se alinea con mi experiencia personal de reconstrucción, de recuperación de la memoria y el yo después de una lesión cerebral.

La canción detalla un proceso de reflexión y aceptación, así como el narrador de la canción se enfrenta a la realidad de un amor que ya no está, yo me he enfrentado a la realidad de un cambio en mi identidad y mi memoria. La canción expresa resignación y a pesar de la nostalgia el resto de su letra causó la necesidad de adaptarme y seguir adelante.

Comparo la idea de la idealización del amor en la canción con mi amor propio, que se destruyó por las consecuencias en mi memoria y mi salud después del trauma, y poco a poco se ha ido reconstruyendo.

Por lo tanto, el título “Memorias del Olvido” encapsula la esencia de mi proyecto haciendo un reconocimiento de las partes importantes de mi pasado, pero también es un testimonio de la fortaleza y la capacidad de recordar, reconstruir y encontrar significado a pesar de las adversidades. (Michelle, s.f.)

Estos traumas son causados por una sacudida, un impacto explosivo en la cabeza, o una lesión penetrante del cráneo que interrumpe el funcionamiento normal del cerebro, puede ser leve o grave, con un periodo más largo de inconsciencia o problemas serios con el pensamiento y el comportamiento después de la lesión. (&DRUG, 2021)

Mediante esta catarsis emocional por medio de la escritura y el dibujo quiero recalcar las consecuencias tras sufrir un trauma craneoencefálico (TCE) a nivel social. Ortega expresa que durante los últimos años:

“Se calcula que hasta un 60% de los enfermos con trauma grave fallecen en el lugar del accidente. En el ámbito hospitalario, los primeros índices publicados a principios de siglo daban una mortalidad del 70% para el trauma grave, si bien posteriormente las cifras oscilaban entre 30 y el 76%, con una media de 40%. Considerando sólo la mortalidad no se tiene una visión real del problema, porque muchos de los enfermos que sobreviven quedan severamente afectados. El proceso de recuperación después de un trauma craneal es un fenómeno dinámico y es importante decidir cuándo hay que valorar el resultado final. La mayoría de los autores lo establecen a los 6 meses del trauma, aunque esto no es un criterio estricto que impida pensar que un paciente pueda mejorar más allá de esa fecha. La probabilidad de desarrollar lesión intracraneal es muy variable, oscilando entre el 30 y el 80%” (Ortega Zufiría, y otros, 2018).

Por medio de bocetación se plasmó un resumen autobiográfico en una serie de 24 dibujos sobre papel fabriano de 185 gramos y cuyas dimensiones varían entre 65 x 50 cm, con 50 x 32.5 cm, realizados con rapidógrafos y micropuntas.

**CAPÍTULO 1: REFERENTES ARTÍSTICOS Y CULTURALES****Referentes Artísticos*****La Columna Rota – Frida Kahlo*****Figura 1**

*Obra La columna rota de Frida Kahlo*



*Nota.* Imagen tomada de <https://historia-arte.com/obras/la-columna-rota>

Este autorretrato explica muy claramente lo que sucedía con su cuerpo. Frida llora porque tiene rota su columna jónica (lo femenino) y sólo un doloroso corsé de metal la mantiene moderadamente firme (Bolaño, 2018).

**Tabla 1***Ficha técnica obra La columna rota*

Obra de arte	La columna rota
Artista	Frida Kahlo
Museo	Museo Dolores Olmedo, México D.F. (México)
Técnica	Óleo (30 x 39 cm.)
Fecha de creación	1944

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://historia-arte.com/obras/la-columna-rota>

Este referente me sirvió como ejemplo para relacionar un hecho íntimo, como lo es un accidente, con la elaboración de una obra. Por lo anterior, Columna Rota, de Frida Kahlo, me sirvió para comprender como un hecho traumático que afecta físicamente al cuerpo, puede ser traducido en una obra pictórica, que, para mi caso, fue representado en algunos de mis dibujos.

***Mi Cama: (My Bed) – Tracy Emin*****Figura 2***Obra My bed de Tracy Emin*

*Nota.* Obra tomada de <https://historia-arte.com/obras/mi-cama>

O ‘la cama desecha’, era un testimonio de la locura de aquellos días. Condones usados, botellas vacías de vodka, test de embarazos, compresas con orina y unos pantalones bombachos manchados de sangre (Lampkin, 2018).

## **Tabla 2**

### *Ficha técnica obra My bed*

Obra de arte	Mi cama (My bed)
Artista	Tracey Emin
Museo	Saatchi Gallery, Londres (Reino Unido)
Género	Instalación
Fecha de creación	1998

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://historia-arte.com/obras/mi-cama>

Este referente me sirvió como ejemplo de lo que experimenté posteriormente a mi accidente, me causó un colapso total que me mantuvo confinada en esa cama por varios meses, durmiendo, semiconsciente, perdida en el abismo de mi mente. Por medio de mi obra reveló la decadencia y el desorden de mi vida. La cama, despojada de su contexto íntimo, se convirtió en un símbolo, un emblema de mi desgaste emocional.

*Testimonios – Regina José Galindo***Figura 3***Obra Testimonio de Regina José Galindo*

Nota. Obra tomada de <https://www.reginajosegalindo.com/testimonios/>

Estos testimonios esculpidos en hierro fueron expuestos después de treinta años de una guerra en Guatemala que dejó más de 200.000 muertos, la mayoría indígenas mayas. El juicio contra *Ríos Montt* sucedió en el año 2013 y fue condenado por genocidio a 80 años. Poco duró su condena ya que la oligarquía y el Estado se encargaron de anularla y dejarlo en libertad. A pesar de esto, las esperanzas y las fuerzas de las mujeres ixiles que lo llevaron a juicio, siguen intactas. Los testimonios de estas mujeres esculpidos en hierro fueron escuchados durante el juicio, para que la voz de las mujeres que contaron su historia no se olvide. La obra de José Galindo incluye una historia de exposiciones y muchas vistas a todo color poco frecuentes (José, s.f.).

**Tabla 3***Ficha técnica obra Testimonios*

Obra de arte	Testimonios
Artista	Regina José Galindo
Museo	Antigua Guatemala, Guatemala
Género	Performance
Fecha de creación	2014

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://www.reginajosegalindo.com/testimonios/>

Este referente me sirvió para tener la fortaleza necesaria de exponer mis secretos más íntimos, en él su autora mostró diferentes testimonios de víctimas de la violencia y de esa forma quiero mostrar mi historia, así como esas mujeres valientes, y así liberarme de esa carga.

***Ritmo Cero – Marina Abramovich***

Permaneció inmóvil durante 6 horas, después de haber explicado que no se movería sin importar lo que le hicieran. Como conclusión de la obra/experimento social, Abramovic dijo: "primero fueron pacíficos y tímidos, pero rápidamente escaló hasta la violencia" "Lo que aprendí fue que, si dejas la decisión al público, pueden matarte (Viloria, 2017).

**Figura 4***Performance de Marina Abramovic*

*Nota.* Tomado de <https://lineassobrearte.com/2017/07/10/ritmo-0-de-marina-abramovic-1974/>

**Tabla 4***Ficha técnica Ritmo cero*

Obra de arte	Ritmo cero
Artista	Marina Abramovich
Museo	Estudio Morra Nápoles Italia Museo de Arte Moderno de Nueva York
Género	Performance
Fecha de creación	1998

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://lineassobrearte.com/2017/07/10/ritmo-0-de-marina-abramovic-1974/>

Este referente lo uso para dar a entender que al encontrarnos débiles, la sociedad buscará aprovecharse de nosotros, mostrándose como personas buenas o siendo directamente malas, de ambas formas para ofender, hacernos sentir mal e incapaces.

### *Susana y los Viejos - Artemisia Gentileschi*

#### **Figura 5**

*Obra Susana y los viejos*



*Nota.* Tomado de <https://historia-arte.com/obras/susana-y-los-viejos-de-artemisia-gentileschi>

Una denuncia de Artemisia Gentileschi, dama del barroco italiano vuelve a denunciar los abusos sobre su género mediante la historia de Susana y los Viejos. Según la Biblia (Libro de Daniel), la casta Susana se estaba dando un tranquilo baño cuando dos viejos verdes fueron a proponerle cosas deshonestas. La chica los rechazó, pero estos decidieron denunciarla por adulterio. Cuando la iban a lapidar, el profeta Daniel descubrió el engaño y fueron los viejos los

que acabaron apedreados. Gentileschi sufrió una violación de joven y desde entonces canalizó sus deseos de venganza por medio del arte (Bolaño, 2016).

**Tabla 5***Ficha técnica Susana y los viejos*

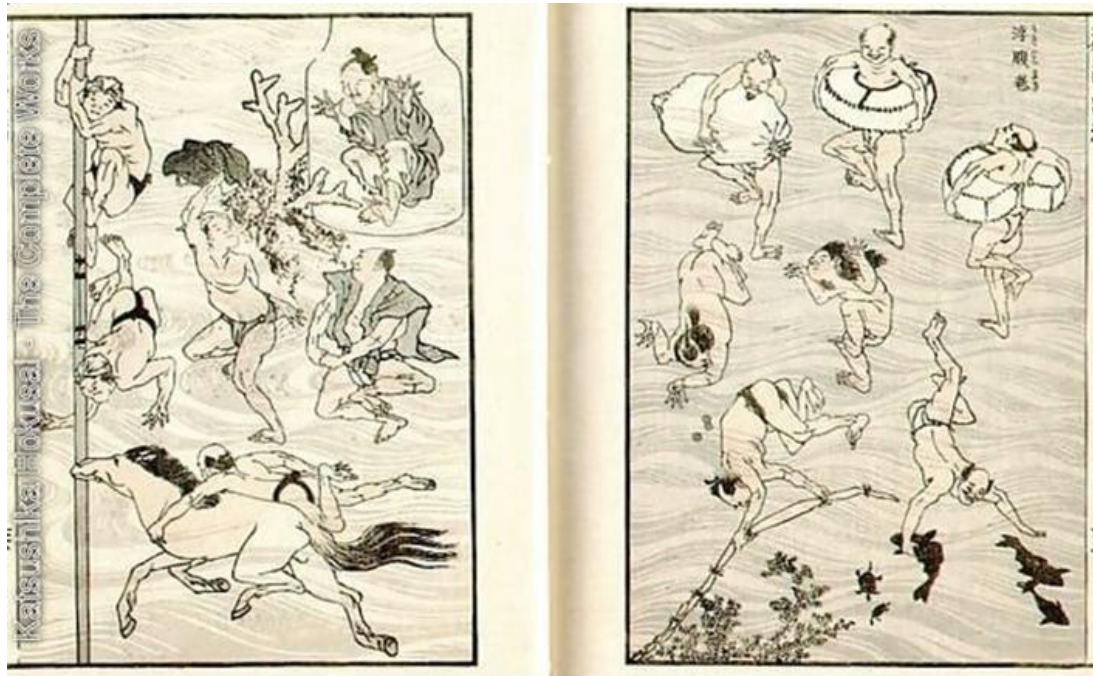
Obra de arte	Susana y los viejos
Artista	Artemisia Gentileschi
Museo	Catillo Weissenstein, Pommersfelden [Alemania]
Género	Óleo 170 x 121 cm
Fecha de creación	1610

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://historia-arte.com/obras/susana-y-los-viejos-de-artemisia-gentileschi>

Este referente me sirvió como un medio de adquirir fortaleza para exhibir mis repugnantes recuerdos sobre abusos de diferentes tipos provenientes de personas cercanas y lejanas.

*Hatsushika Hokusai:*

**Figura 6**



*Nota.* Tomado de

[https://www.academia.edu/41417789/Dibujos\\_y\\_pinturas\\_de\\_Hokusai](https://www.academia.edu/41417789/Dibujos_y_pinturas_de_Hokusai)

“Dadas las características del Manhwa uno pensaría que los dibujos se efectuaban sin demasiada preparación, casi de modo espontáneo, reflejando impresiones instantáneas. Sin embargo, es sorprendente descubrir que Hokusai llegaba a hacer amplios estudios con una gran delicadeza de acabado para pequeñas figuras del Manhwa.” (Crespo Fajardo, 2016)

Hokusai creó literalmente miles de estos dibujos manga, dedicados al realismo y a una representación precisa de la vida. La manga Hokusai se creó inicialmente para atraer a estudiantes de arte y generar dinero, pero también se consideran obras de arte en sí mismas. Hokusai creó más

de doce libros de dibujos manga, que fueron muy populares en ese momento e inmediatamente se convirtieron en un éxito.

### **Tabla 6**

#### *Ficha técnica Images of Bathers*

Obra de arte	Images of bathers (Bathing People)
Artista	Hatsushika Hokusai
Museo	Ukiyo-e
Género	Ukiyo-e y retrato (manga)
Fecha de creación	1814

*Nota.* Tabla de creación propia. Fuente: <https://www.wikiart.org/en/katsushika-hokusai/images-of-bathers-bathing-people>

Este referente me sirvió por tener cierta semejanza a mi estilo de dibujo. Por lo tanto basé mi obra en el Ukiyo-e o anime sin sombras.

### **Referentes Conceptuales**

#### *Catarsis*

La catarsis según Aristóteles, implica la purificación de las emociones humanas, sin embargo, como señala Rojo P. (2020) “aunque sabemos que estas emociones son el objeto de la acción catártica, no conocemos a ciencia cierta qué es lo que implica esa purificación” (párr. 1).

Para lograr la comprensión del significado más a fondo, Rojo P explica:

“...nos encontramos con dos alternativas a la hora de interpretar este concepto. Según la primera, el espectador aprende; progresa en un sentido ético o epistemológico. Es decir, su dimensión racional se ve nutrida. Por el contrario, desde el punto de vista de la segunda, el

espectador mejora sin que esto implique necesariamente un aprendizaje. La faceta racional del ser humano no se enriquece desde esta perspectiva” (Rojo P., 2020. Párr. 4).

### ***Bullying Homofóbico***

El bullying homofóbico y transfóbico afecta a adolescentes LGBTI+. Esto ocurre especialmente con aquellos que no se ajustan a los roles de género esperados. Es decir, aquellos percibidos como LGBTI+ debido a su forma de vestir, comportarse o hablar, o a sus intereses y aficiones que no se corresponden con las expectativas sociales basadas en el género (Quintana N, s.f.).

También explica Quintana:

“Las consecuencias del acoso homobitransfóbico para las víctimas son, lamentablemente, muchas y serias: absentismo escolar, empeoramiento del rendimiento académico, cambiar de escuela forzado o incluso el abandono de los estudios. Pero también existen riesgos para la salud física y psicológica, como la depresión y la ansiedad, la autolesión y el comportamiento suicida. También se ve afectado por el contexto escolar la relación entre alumnos y profesores, la vida y el trabajo en el aula y los momentos de sociabilidad. La intimidación golpea duramente a las víctimas, pero también al resto de la comunidad escolar.” (Quintana N, s.f. párr. 11).

### ***Trauma Craneoencefálico Severo Difuso***

En un trauma craneoencefálico severo los daños se producen a causa del movimiento repentino de la cabeza y el cerebro y que retuerce el cráneo, ocasionando lesiones en las células cerebrales, afectando los vasos sanguíneos y generando cambios químicos. Principalmente son causados por un golpe una sacudida o un impacto explosivo en la cabeza. Entre los síntomas que se presentan son el dolor de cabeza, la confusión, los mareos, el zumbido en los oídos, el deterioro de la memoria, la visión borrosa y los cambios de comportamiento (&DRUG, 2021).

El retorno a la normalidad varía de horas a semanas y meses, dependiendo de la gravedad de la lesión. “El cerebro es un órgano complejo que interviene en todas las funciones sistémicas del organismo y como tal merece rehabilitación y tratamiento posterior” (Carreón-González, 2017).

### ***Tratamiento en Pacientes con Trauma Craneoencefálico***

Dada la gravedad de la afección, “muchas de las personas que han tenido una lesión cerebral significativa tendrán que hacer rehabilitación. Es posible que tengan que volver a aprender las habilidades básicas, como caminar o hablar. El objetivo es mejorar las habilidades para hacer las actividades diarias” (Mayo Clinic, s.f.)

Diversos hallazgos en la investigaciones sobre rehabilitación en pacientes con traumatismo craneoencefálico revelan que “los mejores resultados se alcanzan cuando los programas de intervención apuntan hacia un manejo global e interdisciplinario de la condición médica y psicosocial que vive el paciente, lo que incluye la intervención a su esfera cognitiva, emocional, familiar y social” (Cuervo M., 2022).

Así como explica otro autor, “La evaluación neuropsicológica constituye uno de los componentes esenciales en el estudio del paciente traumatizado, ya que permite identificar las alteraciones cognitivas y afectivo-conductuales” (Carreón-González, 2017).

Las investigaciones más recientes prueban que:

“Las intervenciones psicológicas, independientemente de los enfoques terapéuticos y técnicas utilizadas, son una herramienta fundamental, entre las otras ya existente (neuropsicológica, fisioterapéutica, logopédica, etc), para ayudar a los pacientes con Traumatismo Craneoencefálico en su proceso de recuperación. Es más, sus beneficios se han demostrado no solo en el periodo inmediatamente posterior al Traumatismo Craneoencefálico, sino incluso muchos años después a su acaecimiento” (Nepesa, s.f.).

### *Secuelas*

Respecto a las secuelas que deja un trauma craneoencefálico severo, “en general, y según nuestra experiencia, las secuelas más frecuentes después de un accidente vario son los trastornos de adaptación. Se trata de estados de malestar subjetivo acompañados de alteraciones emocionales que, por lo general, interfieren negativamente con la actividad general y que se consideran crónicos después de 6 meses” (Echeburúa, E., 2015)

En cuanto a las secuelas cognitivas:

“Entre el 3,5 y el 10% de los traumatizados craneales han sufrido alguna: el trastorno neurocognoscitivo mayor (anteriormente demencia) o leve. Para ello debe cumplirse los criterios de deterioro, así como existir evidencias de un traumatismo cerebral con pérdida de conciencia, amnesia postraumática, desorientación y confusión o signos neurológicos.

Estos deterioros pueden provocar un cambio de personalidad debido a otra enfermedad médica, especificando los subtipos lábil, desinhibido, agresivo, apático, paranoide, de otro tipo, mixto o no especificado” (Echeburúa, E., 2015).

### **El Arte como Medio de Superación**

El arte siempre ha sido mi método de entretenimiento, un lugar donde puedo expresar cabalmente, mis pensamientos y sentimientos. Donde soy liberada de los miedos y restricciones para dar campo libre a mi imaginación; dando vida a mis realidades; plasmándolas en algún lugar del espacio o simplemente en un papel.

Después de mi fatídico día, nada fue normal, todo se distorsionó, escribir ya no era igual, esa bonita letra desapareció, ahora mis líneas eran torcidas, inentendibles. Sinceramente, No era lenta; era súper lenta para escribir, en fin, mis trazos perdieron sentido; se acabó la magia de lograr el parecido perfecto del modelo con lo que pintaba; lo que antes se me facilitaba y era felicidad; hoy me llenaba de rabia y tristeza.

Una de mis grandes ayudas para empezar a mejorar, fueron las terapias y después de un proceso extenso en el tiempo, marcado por constantes paso a paso voy encontrado en el arte un estado de satisfacción, de tranquilidad por lo que se hace; donde no existen afanes; me concentro tanto en el hacer; que no siento hambre, las horas son tan efímeras, que pasan volando; es de mañana y de un momento a otro ya me tengo que acostar porque es tarde la noche.

Nada ha sido fácil; para llegar a este punto; un proceso de más de cinco años; empezando por el sin número de terapias por las que tuve que pasar, que, del lenguaje, que físicas que ocupacionales. Terapias que parecían tontas, pues yo no las entendía y no era capaz de hacerlas, tuve que soportar ese largo periodo, desde cuando dichas terapias pasaron de ser un fastidio a ser un entretenimiento.

Alguien que me ayudo en esta experiencia y avance personal fue mi maestra de terapias físicas, doctora Shirly Ramírez, que fue la única profesional que me soportó. Ya que ninguna terapeuta se arriesgaba a trabajar conmigo; debido a que mi carácter se había transfigurado de humilde a fuerte y agresivo, con un mal genio incontrolable que me obligaba a estar constantemente diciendo palabras feas y soeces. Hoy en día entiendo, que ese estado de inestabilidad emocional; nace por la ingesta de los distintos medicamentos formulados por los médicos durante el proceso quirúrgico.

Desafortunadamente nadie habla de los efectos secundarios de los medicamentos; por lo tanto, nadie comprende el estado emocional por el cual está pasando del paciente, creando falsas hipótesis de cambios en la forma de ser, pero la realidad, es que son actuaciones que afloran inconscientemente, sin ningún tipo de control y que lógicamente, fastidian a las personas que están a nuestro lado cuidándonos.

En esos primeros días, cuando la Dra. Shirly me empezó a preparar el camino para volver a levantarme y dar los nuevos primeros pasos, quise plasmar lo mal que me sentía; fueron momentos tan turbios al ver el resultado de mis dibujos, me sentía tan inútil; al ver como se habían esfumado mis habilidades. Seguidamente, destrozaba el papel o tachaba el dibujo, rayando con soberbia el mamarracho pintado.

El avance en mis creaciones artísticas se dio poco a poco, intento tras intento; primero dibujando cosas para las clases del colegio, luego de un tiempo; se fue convirtiendo en una pasión. Me encantaba crear personajes bellos, musculosos, figuras de gokus que fueron calando en el gusto de mis compañeros.

Al retomar la amistad con mis compañeros del alma; el lápiz y el lapicero; quienes por años fueron instrumentos de gran orgullo y que hoy yacen en otro plano; no es nada fácil, pero se debe

empezar a demostrar que estamos vivos; que por algo Dios nos dejó en este mundo; hay que reconciliarnos y empezar. Para mí, el dibujo es el medio más eficaz para la recuperación del alma; da fortaleza y sube la autoestima.

El hecho de ser capaz de realizar una creación artística linda, limpia, ordenada y del gusto de otras personas; es muy satisfactoria, reduce el estrés, la ansiedad, estimula la concentración y genera paz interior. Paz, que se refleja en mejor calidad de vida; tanto para uno, como para los seres queridos que conviven en nuestro alrededor; que igualmente, se sienten orgullosos por los triunfos logrados.

## CAPITULO 2. MI PRIMER AMOR

Llego al mundo como primogénita en una maravillosa familia de jóvenes trabajadores, que con el rito católico se juraron amor para siempre; pero, al transcurso de siete años de matrimonio, formaron vidas por caminos diferentes. Tengo una hermana que adoro, ella es hermosa. Aquel embarazo fue complicado, la gente se introduce tanto en la vida ajena, que a pesar de que mi madre era la esposa de mi papá. Durante ese embarazo dejaron de vivir juntos, y en mi pequeño pueblo se está en boca de todos. Fueron tantos problemas que mi hermanita nació preciosa, pero con problemas del corazón, empecé a conocer el sufrimiento y el miedo, gracias a Dios, y a salucoop ya está grande, es muy inteligente, y es abogada.

Al lado de mi madre, quien siempre me apoya, fui escalando años. Lamentablemente, el estudio no fue mi mayor interés; la clase de educación física era de mi preferencia; correr, competir, sudar, y ganar; Fui de las mejores deportistas de mi primer colegio de secundaria, participé representando la institución cada año en San Gil y en Bucaramanga, recuerdo haber sido condecorada varias veces. En ambas ciudades, más de veinte veces en general, aún conservo diecisiete medallas ganadas en diferentes competencias, Junto a un diploma en mi deporte favorito, el futbol, mi hobby, mi mayor pasión; me condecoraron con una mención de honor por ganar un campeonato, siendo la capitana y goleadora del equipo.

Era una adolescente tímida, de pocas amistades, más que todo me relacionaba con hombres, y con Lia, una amiga morena de cabello crespo; con quien durante cada descanso jugábamos micro con los hombres, aunque en mi colegio había pocos, desde que habían llegado, pocas mujeres se atrevían a tocar el balón, aunque había doble cancha para todo el colegio. Cada vez que sonaba la campana, tocaba salir a correr para tomar la cancha, más que todo lo hacían los hombres.

Durante mi niñez me la pasaba imaginando y dibujando bosquejos diariamente, inventaba historias con gente inexistente, donde no siempre fui la protagonista, o en algunas sí lo era, imaginaba encontrarme con un mago, o un hada madrina, que cumpliera mi sueño de transformarme en un hombre, poder tener novias, besar a muchas mujeres, conquistar a mi amor platónico, poder besarla en el colegio; ser muy lindo y popular, con quien todas quisieran estar. Aun me sale un suspiro hacia un imposible que directamente no se dio, pero tal vez las energías de mis deseos, hicieron parte del porqué sucedieron tantas cosas. El mundo siempre ha estado más a favor del machismo, durante mi infancia se notaba que este género gobernaba. Siempre he considerado que sería más fácil ser en un hombre en este mundo cruel. Aunque pensar en tener pene, me incomoda, no me parece estético, sin ánimo de ofender.

Mi mamá siempre ha sido buena, de gran corazón, una gran madre y súper femenina, ¡extremadamente femenina! Y creyente en Dios. Considero que podría culpar a mi padre y sus acciones para sentir atracción hacia las mujeres, pero es un sentimiento que va en mí desde muy pequeña, y por otro lado, debería odiar el alcohol, pues esta fue la gota que rebasó el vaso en el matrimonio de mis padres.

Durante mi infancia y adolescencia, pensé principalmente en Gaby, mi primer amor, estudió kinder conmigo, y durante mi noveno grado estudiaba en jornada contraria, al igual que mi prima Marilyn, Aleja, y Andrea, alias “MP”, mercancía pequeña.

Apreciaba a mi amiga Lia, pero me apetecía mucho estudiar en la tarde, y conocer más a las personas anteriormente nombradas, a quienes distinguía por la banda, por familia, por los viajes a Bucaramanga a competir, o por ser excompañeras Niña María en primaria. Estos colegios realizaron convenio, y el uniforme cambio de gris a azul.

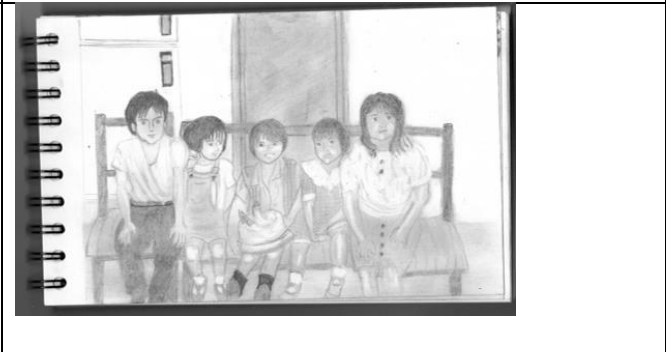
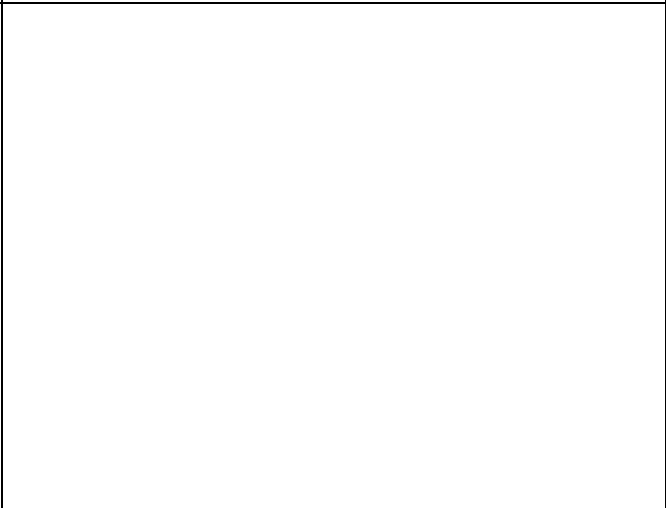
Mis amigas del nuevo grupo, noveno tres, noveno uno, fueron Patricia, de las mejores estudiantes del grupo, Sylvia, quien tenía enormes uñas, y Sylvia, otra compañera muy buena estudiante quien hacía competencia con Patricia. Ellas eran apodadas como Pato, Gato y León; fueron mi grupo, mis amigas, con quienes jugaba microfútbol a diario en los descansos, y algunos hombres. Ese año deseaba cambiar mi forma de ser, de vestir, de comportarme; las redes sociales empezaron a hacerse popular e interesantes para, chat, Messenger, Hotmail, Hi5, y Facebook; Al menos 1 o 2 veces a la semana iba 15 minutos o media hora a internet de la cuadra después de clase, a escuchar música, actualizarme, y a chatear con contactos de todo el mundo. La moda emo, llamó demasiado la atención, el estilo, la vestimenta, el cabello, la música; el tema depresivo y de hacerse daño así mismo, no era mi interés, aunque causaba algo de curiosidad.

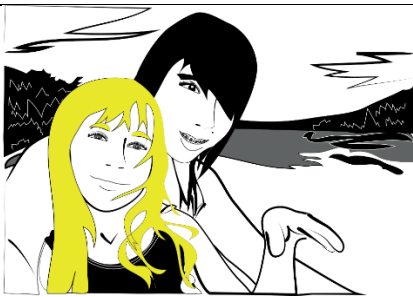
Realizando mi noveno grado en la presentación, cambié mi peinado, mi estilo, llegué después de semana santa con una aptitud más agradable a estudiar. Se acercaba el momento de salir a vacaciones, y decidí hacerme un piercing en la ceja. Ya me había relacionado con nuevas personas, tenía novio, Ivan, un vecino de la cuadra que estudiaba en un colegio privado y era muy inteligente, la cualidad que más llamaba mi atención; mi prima Marilyn tenía un grupo de amigas que se veían muy agradables, Gabriela, Alejandra, y Andrea. El 8 de junio después de un paseo de colegio me dirigí junto a mis amigas nombradas a pozo azul, un balneario turístico de San Gil, donde un hombre nos incomodó, y al marcharnos pasamos por el guasca, una tienda rural que vendía guarapo, sustancia que trasladamos a la milagrosa, otro balneario cercano, donde consumimos ese alcohol, que por causa de este nos conllevó a juegos inusuales de besos entre amigas, besos con quien me había interesado desde que era muy niña. Aquel año lleno de nuevas experiencias y cambios, pude conocer que era estar enamorada y rechazada, feliz y triste a la vez. Estos comportamientos me llevaron a perder el año y cambiarme de colegio.

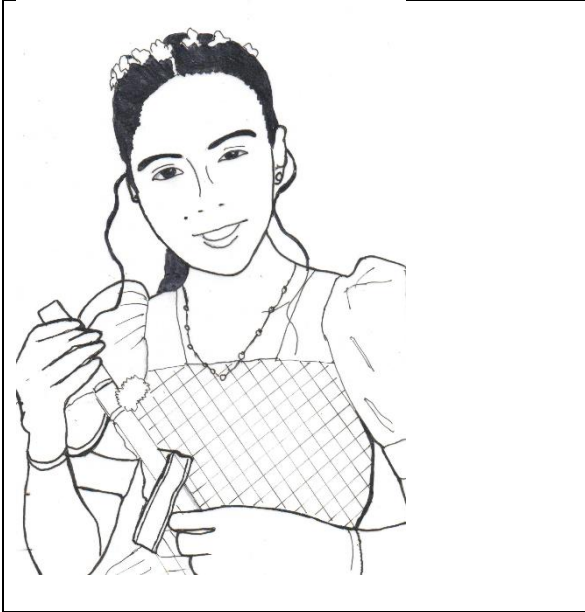
Al recordar todo lo anterior, comencé a realizar diferentes bocetos que ilustraran mis experiencias, los cuales se pueden observar a continuación:

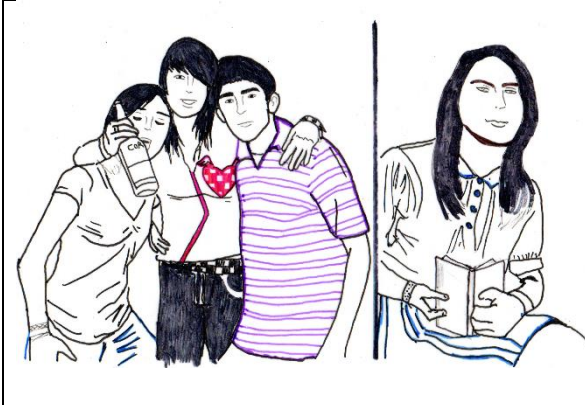
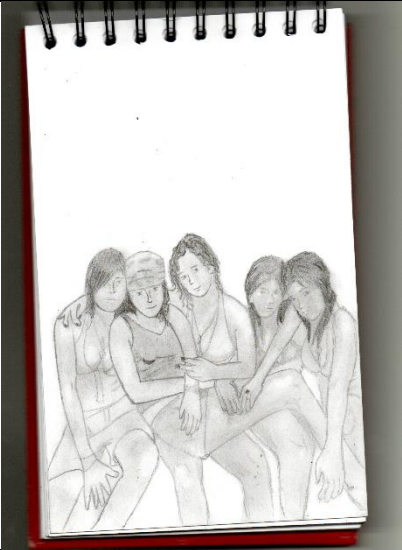
BOCETOS:

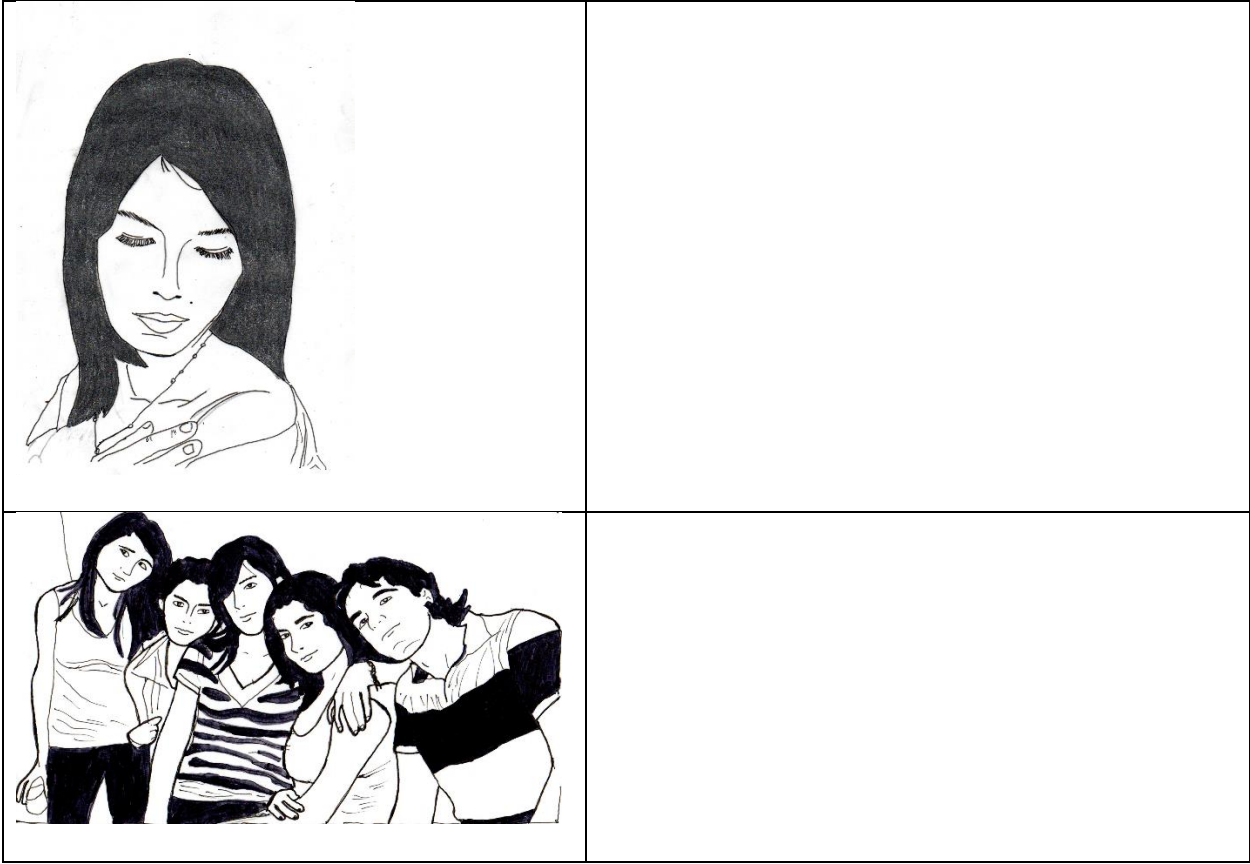












### CAPITULO 3. EL AMOR DE MI VIDA

Al repetir un año me pasé al colegio Guanentá, donde habían buenos profesores, un buen grupo, y logré tener amigos, Como Karen, Teffa, Juliana, Stellita, Stella y Oris, y a mi mejor amigo, Fuentes; Una tarde en clase con “la súper abuela”, la profesora de sociales; él me paso un papelito escrito, me preguntó si quería ser su novia, y la verdad me causa ternura y risa a la vez, él no fue el único que me pidió el cuadro en ese grupo, pero era el que me parecía más tierno, él era mi vecino, vivía en la cuadra de al lado; en el grupo se la montaban tratándolo de homosexual, él se la pasaba con Melo, otro compañero, que supongo me odió porque le quite el mejor amigo; ese niño me admiraba, me trataba súper bien y la pasábamos muy bien juntos. Su comportamiento me demostraba que él grupo no se equivocaba, que a él le gustaban los niños, y yo fui el apoyo que él buscaba para realmente ser él. Yo tenía novia, Mónica, la ex compañera de la presentación; es alguien a quien aprecio mucho, y la llevo en mi corazón, pero ella me engañó con un ex, con uno mío, Iván, y uno de ella; y eso de pagar con la misma moneda... A veces sucede por venganza, o a veces solo porque así se dio. Yo iba a microfútbol en las noches, dos veces a la semana. El profesor de educación física de ese colegio me odiaba por mi impuntualidad, pero yo amaba el fútbol; Allí conocí a Ingrid, una niña de séptimo que tenía 13, pero era más alta que yo, de ojos verdes, pecosa, cabello ondulado, y muy linda. Poco me importó, pero cierto día de votación, cuando apoyé a Diego, perdí el voto, ganó una mujer. Y todo el colegio se organizó para dirigirnos a Pozo azul, a celebrar la ganada y la pérdida de personería. Ingrid se acercó, y hablamos un buen rato, me convenció de ir con ella al pozo; llegó medio colegio o más, todo pozo azul se llenó, estábamos esparcidos por todos lados; Alejandra también se encontraba ahí, ella y las demás decidimos cambiarnos de cole porque ese colegio de la Presentación nos odió, a Andrea también,

pero ella se quedó. Ese día Ingrid me contó varias cosas personales y me preguntó muchas más, la niña me dijo que yo le gustaba, yo le dije que yo salía con alguien, y se puso a llorar; nos besamos, pero ella quería algo más, ella quería sexo, y ese tema para mí es primordial, llevaba siete meses con Mónica y aunque me lo había pedido, no me sentía lista para tener relaciones sexuales, ni con un hombre ni con una mujer. En forma resumida, confié en Ingrid, y me parecía muy hermosa; visitó mi casa y con mi novia me hizo terminar. Esa mujer era muy adicta al sexo, tentaba demasiado. Me invitó a su casa, donde vivía la abuela, la mamá y una pequeña hermana. Esa noche fuimos hasta la cruz, ya que ella vivía en la villa olímpica; nos recostamos en el pasto, nos besamos un rato y luego nos dormimos; más tarde noche despertamos, eran más de las doce y hacia demasiado frío; decidimos ir a la parroquia del Divino Niño, la cual estaba en plena construcción, no tenía puertas, ni esculturas, y nada que nos pudiera brindar calor, a parte de su techo y cierta pared. Nos adentramos al lugar, donde intentamos dormir nuevamente, pero el frío acechaba. Nos abrazamos hasta la madrugada, y luego nos fuimos para el “Estadio, Ciro Palomino Silva”, bajo las tribunas de uno de los lados. El frío se hacía cada vez más fuerte, y terminamos dirigiéndonos a las gradas de en frente, por donde caminamos un rato, ya era de madrugada; En intermedio de la casa había una puerta entre cerrada, a lo que el frío nos obligó a ir; al entrar no veíamos a nadie, había una cama y ese deseo de recostarnos allí y acabar con ese horrible frío nos dominó. Nos recostamos y fue delicioso retomar el calor. No sé cuánto tiempo pasó, pero al rato entró un señor, y el ruido nos despertó. Sentí miedo, pena, ¡me asusté! Pero el señor se comportó de una manera muy amable; y cuando le contamos lo sucedido, de que el frío nos dominaba, él nos comprendió, nos dijo que tranquilas, que descansáramos, que él ya se iba, y que cuando saliéramos cerráramos la puerta y se marchó. Dormimos un poco más; al rato, ella volvió a tentar, y esa noche ya había ocurrido demasiado, como para no desear más... Ya habían ocurrido cercanías en mi casa, ya no

me sentía capaz de controlar mis ganas. Dormí varios días seguidos donde ella, mi madre me llamaba enojada, le dije la verdad, que estaba donde ella, donde mi amiga de séptimo que conocí en microfútbol, y nos la llevamos bien en las votaciones. Pero sinceramente durante esas noches, probé lo que tanto había evitado, tocar y besar a una mujer.

Cierta noche cercana, fui junto a mis amigos (as) a la gruta, por el camino compramos guarapo donde Parmenio, o así mismo, donde doña Marina. Lugar en donde una vez Fercho tomó un vaso de guarapo, sintió algo extraño en la boca y al retirarlo con sus dedos, resulto ser una uña del dedo gordo del pie; nos dio mucho asco, nos reímos, y luego seguimos tomando, a pesar de que suelo ser algo asquenta. Aaay la juventud... Regresando a la experiencia que contaba de la gruta aquella noche, llegamos en grupo a tomar los tres mil pesos de guarapo comprado (\$3000), luego de unos tragos, Ingrid me pidió acompañarla al baño, o más claramente al monte, detrás de la gruta de la virgen, donde por primera vez estuve con una mujer, aunque no era lo que yo deseaba. Esa madrugada lloré demasiado, sin que ella se diera cuenta, por lo sucedido esa noche. Al poco tiempo supe que me estaba siendo infiel y nos alejamos. En sí creo que de todo lo que me dijo solo el cinco o diez por ciento será verdad. Esa niña era super mentirosa.

Mi vida continuó, pero en mediados de septiembre, fue mi último día de clase en el colegio porque me expulsaron porque tenía demasiadas fallas. Al entrar al salón, después del descanso, una de mis amigas estaba llorando en clase, repito, eso me afecta, empecé a escribirle con papelitos, ella estaba triste porque el exnovio Manosalva le había terminado, yo sólo trataba de hacerla sentir mejor. Ella era super homofóbica y me tenía harta con ese tema. Pero entre tristezas y risas escritas, cuadramos un futuro beso. Ese día salimos a las 6 p.m., al salir del colegio, me encontré con Rosa, la prima de Alejandra, quien iba con una niña muy hermosa, era una belleza inigualable, desde que la vi quedé flechada, su nombre es Ana, ella era muy amiga de Alejandra, quién estudiaba en la

jornada contraria, por lo tanto no la había conocido antes. Rosa se fue al poco tiempo, cuando llegó el hermano criticón, que en ese tiempo me caía bien. Los tres nos dirigimos a la esquina de mi casa a esperar la buseta de Ana, esa niña me tenía encantada. Un fin de semana cercano me encontré con Fuentes, estaba super confundida, esas dos niñas me tenían volando, Fuentes tenía preferencia por la compañera del salón y me convenció de ir a visitarla, planeamos ir a José Antonio Galán, el barrio donde vivía ella. Al llegar a la casa, Fuentes tocó la puerta, cuando mi compañera salió a ver quién era, nos trancó la puerta en la cara, un saludo inesperado; al momento regresó y salimos a caminar hacía las afueras del barrio, hasta el punto donde no se veían casas, solo monte y barro, nos recostamos en una piedra donde me besé con ella hasta caer la noche. Mi amigo recibió una llamada del padre y este reaccionó saliendo a correr para regresar a su casa. Mi amiga y yo le gritamos para que nos esperara pero él continuó y no paró. En nuestro rumbo dos hombres se acercaron a los que no dimos importancia, pero al tenerlos frente a frente, uno de ellos me tomó de las manos, no supe cómo reaccionar, tenía un celular Sony Ericsson S580, un regalo muy valioso de mis quince, y obviamente sentí un miedo terrible de perderlo, saqué fuerzas de donde no sé dónde y al recordar una de mis cualidades salí a correr como Flash, mi amiga no dudó en seguirme, de un momento a otro sentí que un objeto se cayó al piso, al instante dejaron de perseguirnos, y al frenar para hablar con mi amiga, ella me contó que había perdido el mp4, propiedad de Fuentes, artículo que aún es deuda.

Ana se volvió mi meta principal, aparte de recuperar el año en la institución donde estudié. Llegó diciembre y debí trabajar cuidando a un abuelo, una tarde planeé con Ana ir a la gruta, verla de nuevo me cautivó, nos sentamos en el kiosco, y tiempo después, me armé de fuerzas para pedirle que me diera un beso, y para mi dicha infinita ella aceptó acercándose suavemente a mis labios, una vez más toqué el cielo. En la noche la llamaron sus padres y debimos bajar y los conocí, a

quienes no les caí bien desde el principio, pues al verme se dieron cuenta que era amiga de Aleja y sospecharon de mis gustos. Al día siguiente, después de clase, fui al ciber (café internet), después de hablar un rato con ella, le dije que mirara mi mensaje personal de Messenger. Decía: “QuLeReS sEr Mi NoVi@?”, a lo que ella me respondió en su estado que: “Siiiiiiiiiii”. Luego le presenté a Ana a mi mejor amigo, salíamos muy seguido, mi suegra me odiaba. Mientras yo trabajaba, ellos salían. Una tarde después del trabajo los alcancé en el Coliseo, ella estaba muy tomada. Dicen que los borrachos dicen la verdad y ella me trató tan lindo, cuando llegaron a recogerla sus padres, los señores nos iban a llevar hasta la casa en su carro, frente a ellos, se mentía que Fuentes y Ana eran novios, pero Ana por su estado, les pidió a sus padres que me dejaran quedar en la casa de ellos, a lo que ellos se negaron y ella insistió hasta el punto de casi llorar. Aunque lo deseaba, no quise meterla en problemas y preferí irme a mi casa. Una de las decisiones que más me he arrepentido en mi vida. A las pocas semanas inició el año de mi desgracia. Por mi grupo de amigas conocí a Mafe y a Jessica que estudiaban en el colegio más costoso de San Gil, el Santa Cruz. Ana se cambió a este mismo colegio, para cursar su undécimo grado. Yo ingresé al Colegio Cooperativo, allá me sentí en una encrucijada, mi amor de infancia iba de once en mi colegio, mi gran amor del presente iba de once en un colegio lleno de niñas lindas y de mucho dinero, tanto como ella. Yo me sentí inferior, mi autoestima decayó ante la belleza y el dinero de ese colegio. Empecé a sentir que en cualquier momento ella me iba a dejar. Yo no quería pasar por el mismo sufrimiento que mi madre. Sufrir por los engaños de alguien a quien amo o sufrir porque me cambiara con alguien con mejor vida económica que yo. Fui la primera novia de Ana. Por casos de amigas, sabía que eso no era de respetar, sino un inicio de probar y probar. Los nervios me atormentaban, el miedo a perderla me dominaba, la incertidumbre de sufrir con ella o sin ella era incontrolable. Por otro lado Jessica me parecía muy atractiva y coqueta, sin buscarlo me empezó a gustar. Cierta día esperaba que Ana

me visitara en la tarde, pero no llegaba, por mensajes de texto pregunté qué pasaba. Sentí que me sacaba achaques; me dejé llevar por la rabia, por la prohibición de su familia para vernos y le terminé. Sentía que todo se solucionaría. Unos días después Jessica me visitó y a pesar de la tristeza que sentía por Ana, me dejé llevar y me besé con ella. A pesar de que ella le encantaba a mi prima Marilyn, quien se fijó en ella después de la decepción que vivió por Alejandra, pues quedó embarazada de uno de los amigos locos, que Eva nos había presentado alguna vez. Una tarde mi amigo Fuentes cuadró un encuentro con Ana y conmigo en la gruta, fuimos, toqué sus labios nuevamente y sentí que la amaba. Ana llorando, me pidió volver, yo lo deseaba, pero me pregunté qué iba hacer con Jessica, si todo se descubría iba a quedar como una perra, entonces primero tenía que solucionarlo para poder regresar con Ana. Inesperadamente un fin de semana cercano, resultamos todas en la casa de Mafe, donde tomamos, algunas se emborracharon, otras debieron irse a casa, yo iba dormir con Jessica en una de las colchonetas, pero un dolor de cabeza la hizo irse a dormir a la pieza de Mafe, me sentía triste y aburrida. Ana estaba cerca, pero no podía tocarla, nos ignorábamos mutuamente, pero la deseaba con el alma. De un momento a otro, Paula, quien estaba muy tomada, se vino sobre Ana. Terminó empujándola hacía donde yo estaba, sin imaginar que eso fue cumplir mi deseo. Pensar en esa noche me hace suspirar. Quise llorar de felicidad por tenerla cerca. Cuánto la extrañaba, cuánto la deseaba y cuánto anhelaba tenerla así, cerquita y frente a frente. Esa noche nos besamos una y otra vez, perdí mis dudas, ella era todo lo que quería, era lo que siempre había soñado; lastimosamente ese no fue el momento para expresarlo, pues no estábamos solas; durante esa noche, sentí cierto ruido, y al abrir mis ojos noté que Jessica se aproximaba, y me miraba directamente a los ojos, mientras yo besaba apasionadamente a Ana. Me sentí apenada, pero a la vez sentí que eso aligeraba los problemas. Miré a Ana a los ojos, la besé, la abracé, sentí que mi alma, mi felicidad regresaba; desee tanto volver con ella al amanecer, dormí




feliz por sentirla a mi lado. Ojalá hubiese leído en mi mirada cuanto quise decir. Las palabras se esfuman, pero este sentimiento y este deseo vehemente de hablarle y escucharle no cesan.

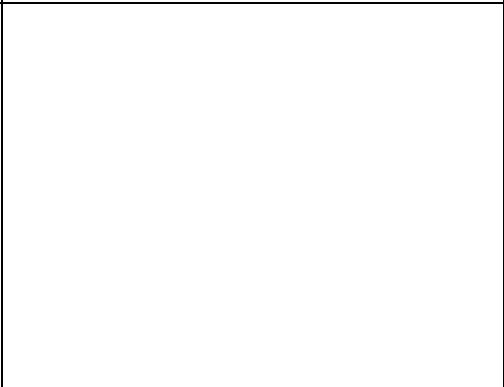
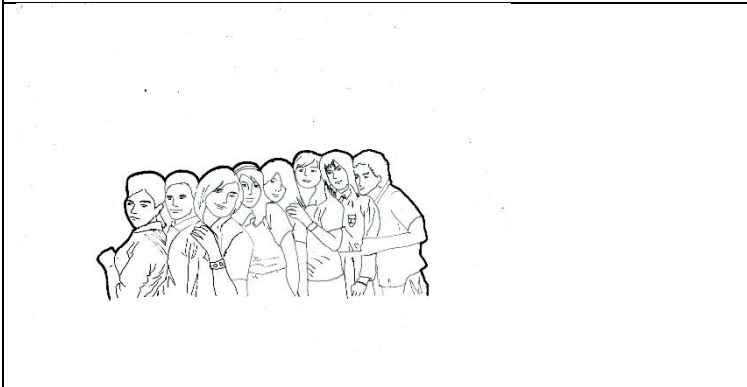
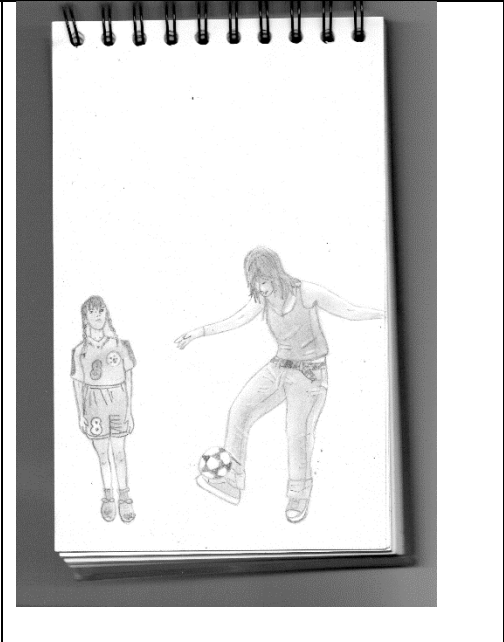
Tengo un sueño ligero, desperté temprano, ya se estaban yendo algunas amigas, sólo quedábamos Mafe, Ana y yo, pero Ana no abría los ojos, por más que traté de moverla, de hablarle, de despertarla, no lo logré, y la pena de estar en casa de ajena frente a otra familia me obligó a levantarme e irme, sin dejar de pensar en mi amor eterno.

Luego fui a acampar en Pescaderito (Curití), Jorge Muelas, Fercho, Corzo, mi prima, Jessica y yo. Desde el viaje en bus me sentí mal, Jessica quiso viajar junto a mí, se me hizo extraño pero normal, eso pensé. Entrando a Curití, me pregunto si sabía quién era la novia de Mafe; se me hizo extraño, pero dije “no sé”, y dijo, “no, mejor no digo nada”. Le insistí un par de veces, y a punto de bajar del bus, me respondió de una forma burlesca, dolorosa, y coqueta, “es Ana”, se sonrió, y desapareció de mi vista. En ese instante, todo desapareció, mi mundo se derrumbó, se destrozó en mil pedazos mi corazón. Esa noche fue eternamente dolorosa, nadé en ese mar de lágrimas, hasta ahogarme en mis sueños, o más bien pesadillas. Todo estaba mal, y todo empeoró. Fui feliz por solo dos meses y medio que duré con ella, fui más feliz que nunca antes ni después. Cada noche derramaba lágrimas; el licor se transformó en mi antídoto, calmaba el dolor interior por un rato, borraba el recuerdo de esta cabeza, aunque al retomar mi cama, lloraba hasta perder el sentido, se fue perdiendo la razón, ya no importaba nada.

Al recordar todo lo anterior comencé a realizar diferentes bocetos que ilustraran mis experiencias, los cuales se pueden observar a continuación:

**BOCETOS:**

 <p>A black and white line drawing showing a close-up of two people. On the left, a man with a beard and a serious expression looks towards the right. On the right, a woman with long hair and a slight smile looks towards the man. Her hand is near his face, suggesting a moment of connection or support.</p>	
 <p>A black and white line drawing of three young women standing together. The woman in the center is wearing a purple top and has her arms around the other two. The woman on the left is wearing a blue top, and the woman on the right is wearing a striped top. They all appear to be smiling and looking towards the viewer.</p>	
 <p>A black and white line drawing of a group of about ten young people standing in a line. They are all looking towards the viewer with various expressions. Some are wearing collared shirts, while others are in more casual attire. The drawing is simple and focuses on the outlines of their faces and bodies.</p>	



#### CAPITULO 4. PROCESO TRAUMATICO

Fui una adolescente bebedora, al sentirme tan mal por extrañar a mi gran amor, me volví más alcohólica.

Del accidente, no recuerdo nada; algunos dicen que es porque el hecho fue muy lesivo y catastrófico para el cuerpo, entonces el cerebro opta por no guardar esos hechos en el subconsciente; quedando la caja en blanco; como un medio de defensa para evitar que la mente regrese a ese momento trágico acarreado consecuencias para la psiquis y el corazón, especialmente.

Otros; personas que han sufrido accidentes; dicen: que, en el preciso momento de la colisión, sale del cuerpo de la persona lesionada; un haz de luz, algo luminiscente, probablemente, el alma o el espíritu que habita dentro del ser humano y retirándose lejos del peligro, ve, desde lo alto, el producto del accidente y si la persona queda viva, dicho espíritu, ingresa nuevamente al cuerpo; siendo ahí, cuando el accidentado reacciona. Es de anotar que todo ese trance, ocurre en milésimas de segundo.

Del tiempo que estuve en coma, por más de veintitrés (23) días viviendo artificialmente, por conectada a una Unidad de Cuidados intensivos, y una serie de máquinas que me hacía tener cables por todo el cuerpo. Realmente, no me queda ningún recuerdo. Pero mi madre cuenta que Según los médicos tratantes; fue un periodo de desinflamación del cerebro y hasta que no volviera mi cabeza que estaba enorme como la de un monstruo a la normalidad no se podrían determinar las secuelas que me acompañarían el resto de la vida. Después del coma, fui trasladada a cuidados intermedios, por tres noches consecutivas, decía: - “Esa maldita piedra, ese señor, Marilyn, Marilyn, Marilyn... Me maté, no le digan nada a mi mamá”, Son las tres, son las tres”; puesto que

mi subconsciente sabía que debía asistir a una cita en infancia y adolescencia. No volví a hablar por un largo tiempo, solo miraba fijamente hacia un punto, como si estuviera ciega. Más adelante con el dedo señalaba a la persona que me caía bien, la llamaba, pedía que se acercara para decirle un secreto... y luego decía “x, x”, sonreía... y respondían de la misma forma. Quedaba con la mente en blanco.

Qué difícil es caer a un hospital en Colombia, no sé cómo sea en otras partes del mundo, El sistema de Salud es un negocio y entre menos se atiende gente más ganancias produce; por lo tanto, para conseguir un tratamiento médico, es necesario acudir a una tutela, donde el juez ordene lo que se debe hacer; el caso mío, no fue la excepción, ya que me querían sacar de la clínica con rumbo a mi casa; en un estado deplorable, tan mal, que necesitaban moverme en bloque entre ocho personas, para que la cirugía no se despegara otra vez. Los médicos argumentaban que temían que adquiriera una bacteria hospitalaria que indudablemente no podría resistir. En la Cardiovascular, se me prendió una en los pulmones y otra en la sangre. Luego fui trasladada a Saludcoop EPS.

Mi madre lloraba constantemente, sufría demasiado, pero había una luz que le daba esperanza. Le imploraba a Dios de rodillas, incansablemente que me dejara vivir, pero las noticias no eran alentadoras, todo desmoralizaba. Decían que probablemente perdería la visión, algunos médicos decían que si me salvaba quedaría cuadripléjica, incapaz de hacer movimientos, destinada a vivir como un vegetal, es más, osaron a decir que quedaría con trastornos mentales o en otras palabras loca. Mis esperanzas de estar caminando en este planeta, rebosante de vida, prácticamente eran nulas en aquellos momentos de angustia y dolor.

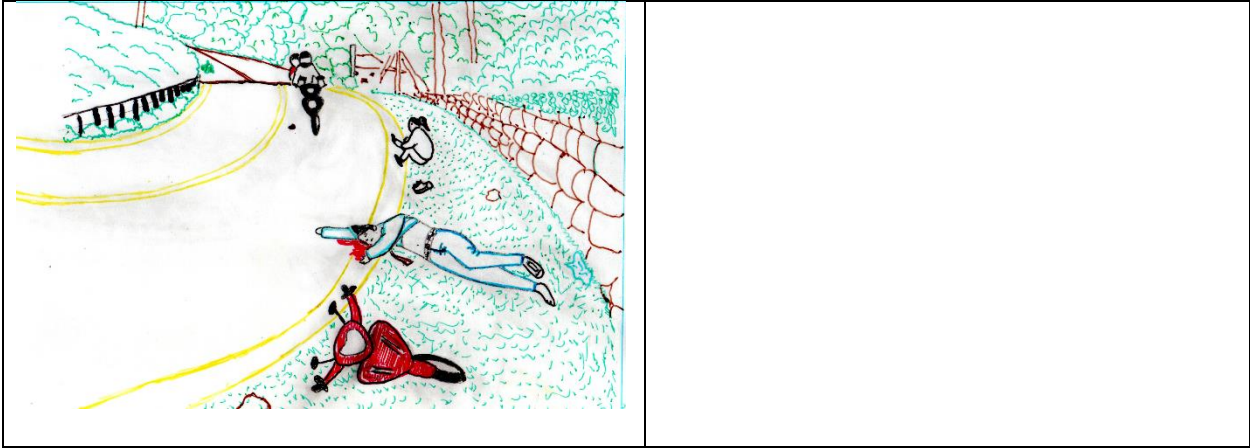
Mi proceso de recuperación fue extenso y complicado, pues la ayuda que provenía de los demás estaba llena de engaños y trampas donde me consideraban menos hasta llegar a burlarse de

mí y aprovecharse de mi inocencia. “El problema es que vivimos en una sociedad en la que parece que pedir ayuda nos hace valer menos” (Rodríguez, 2022).

Al recordar todo lo anterior comencé a realizar diferentes bocetos que ilustraran mis experiencias, las cuales se pueden observar a continuación:

### BOCETOS:





## CAPITULO 5. EL DESPERTAR

Una suave voz me llama, e hizo abrir mis ojos, miré para los lados, no comprendía nada. No comprendía qué sucedía, por qué razón me intercambian la ropa, ¿por qué me despiertan? Quiero seguir durmiendo. De repente; un auto frena frente a mi casa, al que me llevan de brazos en aquella oscuridad, me introducen en la parte trasera y me recuestan en una camilla. Esta situación me deja aún más confundida, cierro los ojos, y el sueño se apodera nuevamente de mí.

Cuando vuelvo a abrir los ojos, era de madrugada, sonaba una sirena continuamente, miro alrededor y me siento rodeada por cosas inusuales. Escuché al fondo, nuevamente esa voz suave en un diálogo monótono con quien manejaba. Al sentirme en una posición inentendible, me dispuse a pedir ayuda, pero no oyeron. Al no saber cómo actuar, y sintiendo una fuerte debilidad, miré atentamente, observando, solo instrumentos médicos, botellas de oxígeno y uno que otro medicamento. Un tarro grande de Isodine, captó mi atención, pues en él ciertos animales se movían, de una vez; una sensación de temor a que esos bichos se adhirieran en mi piel, se apodero de mí; me dio mucho asco, me llene de valor y sacando fuerzas de mis entrañas luché la primera batalla de mi historia contra el miedo. A pesar de la repugnancia y las náuseas que me causaban, me vi en la obligación de aplastar una que otra garrapata que me amenazaban a una corta distancia.

Cumplido el tiempo recorrido; lidiando con animalejos físicos y mentales, mi mente borrosa llena de dudas, entiende ha llegado a cierto sitio, abren la puerta y me hacen sentar la camilla, para acomodarme en otro medio de transporte; la silla de ruedas. El sueño se transformó en pesadilla, este solo fue el inicio del principio de mi nueva vida.

Las dudas eran un tormento constante, no sabía quién era y menos, entender lo que había sucedido. Me sentía en un mundo irreal, en una especie de limbo, donde no recordaba el nombre

de nadie, pero si sentía cuando las personas eran familiares o no. Realmente, solo veía repetidamente, a la persona de la voz suave que me llamó para traerme de vuelta a este mundo desde ese sitio inimaginable dónde me encontraba.

La dueña de esa voz, era mi madre; pobrecita sufrió demasiado y movió cielo y tierra para salvarme de ese cataclismo.

Para demostrar la crisis mental que se padece al despertar de un Estado de coma, revivo un pequeño dialogo, relatado por mi madre; donde solo se perciben incoherencias de mi parte y que son hábilmente sobre llevadas por el amor sincero que ella siente hacia mí.

Yo, Handy: Bish, bish

Madre: Señora.

Yo, Handy: ¿Usted quién es?

Madre: Yo soy su mamá

Yo, Handy: ¡Que! ... Mi mamá es más bonita.

Mis recuerdos de aquellos tiempos eran y son algo saltones. Un día me disponía a almorzar; Clara, o mi madre, me llevó hasta el lavamanos, pues no podía moverme sola, necesitaba ayuda constante para dar pequeños pasos tambaleantes; ella se marchó hacia la cocina; mientras tanto yo jugaba mis manos, al levantar la mirada me encontré frente a un feo monstruo, cercano y desconocido a la vez, tenía el hombro caído, estaba llena de cicatrices en el rostro... y que sorpresa, ¡Era yo! más encima, estaba calva; Estaba frente un pequeño espejo sobre el lavamanos; el verme causó una impresión tan fuerte, que me terminé desplomando.

Me conto la prima y familia, que cuando me encontraba menos consciente de mis actos, ya me había visto al espejo, mientras estaba con mi prima y con Danny; a quienes amenacé, perseguí, y corrí de mi casa, trancándoles la puerta, arrastrándome por el piso con un cuchillo en mano.

El tema del uso de pañales es algo, que no se lo deseo a nadie, despertar y tener ese plástico en medio de las piernas, sin entender por qué, luego sentir ese fastidio de las irritaciones provocadas por los microorganismos de las heces y la sal del orín, que se tornan en una sensación de comezón y con el agravante de no poder siquiera hacer algo o pedir ayuda ya que el cerebro funciona como el de un niño recién nacido, fue muy desagradable.

Pasando a otro tema, mi hermana menor, contaba con ocho años de edad, su nombre es Camila, discutíamos porque yo decía ser la menor, que ella tenía ocho años y yo dos; a veces, solía llamarla Anthony durante ese tiempo tan perturbador, pues así se llamaba un excompañero, que fue amigo de clase.

Shispita, una perrita de color negro y blanco, era la mascota de la casa, se ubicaba cerca de mí, solo me miraba con ojos tristes observando mi destino; se notaba que sentía miedo de que alguien la pudiera pisar, se movía por y para todos los lados de la casa, parecía hacer estorbo ante semejante multitud de amistades y curiosos que llegaban a “saludarme”.

Aquí, en este punto de las visitas, se suscitó un duro inconveniente, debido a que muchos padres de familia de todos los colegios de mi ciudad; comenzaron a llegar a mi casa con sus hijos, era una romería impresionante de gente desconocida, todos, disque con el achaque de “visitarme y saludarme”, pero eran mentiras. Ellos solo querían que sus hijos me vieran en ese estado deplorable, mostrándome como un ejemplo de lo que les podría suceder; si no tomaban conciencia y procedían a modificar esos malos comportamientos con los cuales se estaban identificando. Pasados varios días, mi mamá alertada por una amiga, de la situación que se estaba presentando; mi amiga formó un alboroto por el comportamiento de las demás personas y mi mamá de ahí en adelante solo dejó entrar a la casa a los familiares y a tal cual amigo.

Mi transformación, fue extrema, antes amaba más la noche que el día, el frío era fascinante, pero esa adorada sensación se transformó en un castigo más, temblaba a todo momento, mis manos se sentían como un hielo, cada vez que tocaba a alguien se espantaba, como personas cristianas, algunas de las tantas que me visitaron después del accidente a asistir a sus iglesias, me hicieron sentir que era un muerto en vida, que la muerte me perseguía y que andaba junto a mí y que en cualquier momento me llevaría a ese mundo oscuro. Cierta fin de semana del 2010, salí con mi madre a comprar unos zapatos de marca donde la “Mona”, ese día después de tantos años, volví a ver a una compañera de séptimo grado a quién no veía desde ese tiempo, ella me recordaba, nos miramos a los ojos, nos saludamos, nos sonreímos y se marchó, fue doloroso que pocos días después el 8 de septiembre, ella, Norida Monsalve Forero, de 23 años, fue arrollada por un bus de Copetran. Pipe Rueda fue un conocido de la infancia quién fue asesinado trágicamente por múltiples puñaladas, un exnovio que tuve después del accidente, el “Curco”, también murió de un infarto en el corazón, entre otras personas conocidas. Tristemente es normal que se muera gente conocida, pero sentí miedo de que realmente la muerte me acompañara y le causara mal a personas que desafortunadamente se habían encontrado conmigo o que ese fuera el plan, y yo fuera una especie de señal de la muerte. Eso es lo menos desagradable que me hizo pensar la gente cristiana. Creo mucho en las señales de la vida, pues he presenciado muchas.

Perdí varios de mis conocimientos educativos, habilidades, o capacidades propias, no estaba en mis cabales, no había coordinación para nada; mi cuerpo estaba débil y escaso de movimiento; según relatos, de mi boca solo emergían groserías e insultos para casi todo el mundo; traté mal, hasta a dos viejitos mayores que eran vecinos de la casa, de igual manera a una señora de nombre Aura a quien le quería dar (un puño en la “jeta”), frase que repetía, porque hablaba demasiado y me desesperaba, a mis nonos los traté de viejos gordos. Y ofendí a una buena amiga

de mi infancia llamada Lia que siempre llevaré en mis recuerdos y corazón. Mi comportamiento frente a muchas personas que me visitaron fue grotesco y de mal gusto, diferente a mi verdadera forma de ser.

Danny, una compañera de estudio de mi prima, quien se había hecho mi amiga, era muy querida, alta de cabello rubio y de ojos verdes, a quien no le había ido muy bien en la vida, me visitaba seguido; cierto día estuvimos hablando de diferentes temas en “el parquecito de Fátima”; me preguntó si recordaba al amor de mi vida, quedé pasmada, fue entonces cuando sentí que a parte de mi memoria, algo valioso me hacía falta; no era capaz de recordar plenamente nada, sentí un estado de impotencia que me conmovió, sentía algo sobre natural, como si estuviera en otro mundo, literalmente en un limbo, sin entender nada, ni del pasado, ni del presente; me sentía en una dimensión equivocada; probablemente había muerto, estaba en un mundo paralelo donde todo funcionaba similar, pero diferente, y donde yo debía reencontrarme con mi gran amor, y arreglar lo sucedido anteriormente.

Una de las tantas visitas recibidas, fue de un joven guapo, llamado Jose David, estudiante universitario de la UIS, quien estaba acompañado por Martin, y alguien más que no se me hacía familiar. Recordaba remotamente a los dos que nombré, pues guardaba leves recuerdos de haber salido a compartir con ellos.

Jose me pregunto si me acordaba de él, yo respondí de manera confusa hablándole sobre la amistad que él sostenía con un primo; lógicamente, José corrigió diciendo: - Yo soy tu novio. Y de nuevo me sentí sorprendida, él no estaba nada mal, pero extrañamente, había un sentimiento fuerte y confuso en mi interior que no estaba dirigido hacia él, y poco comprendía.

Cada noche me iba a dormir deseando que al despertar pudiera sentirme mejor, ojalá, sin ese repetitivo dolor de cabeza que siempre me atormentaba, también deseando que los olvidos

repentinos de lo recién escuchado cesaran; quería retomar el confuso pasado, volver al ayer en el cual me sentía mejor que en el presente, lo deseaba volver a vivir y dejar atrás mi cambio abrupto. Este fue mi pensamiento diario, por mucho tiempo, ¡años! imaginando que probablemente cada mal día, que en sí eran todos, solo serían parte de una pesadilla, de la cual despertaría en cualquier momento.

Una tarde que salí con Danny, quien me llevaba en la silla de ruedas, fuimos al parque, allí estaban ellas, Ana, y otras más del colegio Santa cruz. Recuerdo su lindo saludo, como si hubiera sido ayer, aunque amo que sea de un tiempo lejano. Quise hablarle una y otra vez, Quise recuperarla por tantos años, ¡aún quisiera! pero ya no soy tan ilusa. Ella ha vivido en Inglaterra, ahora vive en Bogotá. Cada año esperaba con ansias mitad de año y los diciembres, porque probablemente ella vendría, porque al menos podría verla, porque aunque me daba algo de pena mí aspecto, al menos me recordaría. A parte de Mafe, le he conocido tres novias, durante esta media vida recorrida, ha durado tanto con cada una, es tan linda novia con todas. Mientras estudiaba psicología, le hablé por chat, me contestó tan poco; ella tenía novia, yo también tenía. Esa fue mi peor relación.

Regresando al pasado, el tiempo seguía transcurriendo, me sentía toda una perdedora, sola, decepcionada, rechazada, traté de seguir adelante, salía con Danny, quien me recordaba todo lo que perdí con mi gran amor, lo mal que me veía físicamente, en sí todo lo que había dejado atrás, a veces salía con Mónica, quién se hizo muy amiga de Sara. Al poco tiempo mis amigos se fueron olvidando de mí; considero que me cambiaron muy rápido, me reemplazaron por Sara. Que duro era encontrarme con alguno de ellos(as) y sin conciencia me detallaran sus salidas a beber y pasarla bien junto a Sara, incluyendo mi prima y la misma Danny. Amigas que realmente vieron lo mal que estuve, pero el trago y el licor les causó borrón y cuenta nueva.

Una de las tantas tristes decepciones fue una noche que Lizeth, una gran amiga, quien era cristiana, y muy sana, quién realizó un show musical a mi nombre para poder recolectar dinero por los gastos que se llevaban a cabo en los tiempos que tanto necesité, mientras yo estaba tan mal. Ella meses después de mi accidente realizó una fiesta a la que me invitó y yo asistí con mucha alegría y ganas de disfrutar, tristemente cuando ya estaba presente, mientras todos bailaban llegó Sara, mi reemplazo, quién si bailaba, que fuerte fue notar durante esa noche que realmente yo no tenía amigos. Que todos se divertían bailando y hablando con ella, mientras yo estaba sola, sentada en un mueble, sin hacer nada y aguantándome las ganas de llorar, porque realmente no era nadie. Me metí en una habitación, pues no quería que me vieran llorar, pero lastimosamente ese accidente alteró mis nervios, se me hacía imposible no llorar, por tan solo ver noticias, por cualquier tristeza y hasta por cualquier celebración; al rato Lizeth entró a la habitación, me volví una “chillona”, quejetas, una “chilindrina”, sin malicia, que le confesó todo frente a Liz y lloró frente a ella.

Más adelante, se dieron distintas ocasiones en que me dolía una y otra vez del cambio que me hicieron por Sara, y que ellas mismas me restregaban, que iniciaron mis estudios de Derecho, que me distanciaron de ellas por un tiempo, pero el dolor no cesaba, pues las ofensas, los rechazos y las sensaciones de no valer nada no hicieron falta. Yo continuaba saliendo con la amistad que se presentara a tomar, a pasarla bien, aunque ya no resistiera nada, una tarde conocí una muchacha del Socorro. Yo amaba el futbol, y esta chica me invitó a ver un partido de futbol en el Socorro al que no dudé en ir, eran personas que no conocía, con las que tenía el futbol en común, tal vez serían nuevas amistades. Cuando llegué al Coliseo, entré, y ohh sorpresa, estaba Ingrid, alias Simona, mi ex por un lado, las dos ex de ella por otro, manipulando el balón y que desconcierto sentí al ver que también estaba jugando futbol con ellas, Sara. No sabía qué hacer, pero no quería quedar mal frente a todas y decidí sentarme sola a ver el partido, al salir, la chica que había

conocido me invitó a ir con ellas a una discoteca llamada Sonata, como la de San Gil, propuesta que no dudé en aceptar, a pesar de la presencia de Sara, allí bailaron y recocharon un rato, yo estaba aburrida, pero luego fuimos a un bar agradable, más a mi estilo, buena música de rock y sentadas en sillas, allí hasta crucé una que otra palabra con Sara. En cierto momento Sara le mostraba a todas un BlackBerry, un celular de moda, los celulares me encantaban, era buena para manipularlos, es más, hasta arreglaba los de mi familia con ayuda de internet, sí, lo toqué, hasta hablé con Sara de él y la noche se puso más agradable. Más tarde noche, bebimos una cosa y otra, por la calle donde Ingrid me hizo sentir mal por mi inocencia e ingenuidad, yo soy decente y respetuosa, en ese tiempo algo boba, que no supo que responder y lo hizo a un lado. Terminamos llegando a la casa de una ellas en la que me acomodé junto a Sara e Ingrid, considero que esa noche Ingrid me quería hacer sentir mal, de un momento a otro se levantó y salió de la habitación. Al otro día desperté asustada, por no haberle avisado a mi mamá, mi celular estaba descargado, no quería volver a ser la decepción que había sido en mi vida anterior, quise despertar a Ingrid que estaba en la sala, pero por más que lo intenté, no lo logré, entonces me dispuse a salir de la casa, fui a la parada de buses y me fui para San Gil. Días después Ingrid me escribió por Facebook que dónde estaba el BlackBerry de Sara, yo me sonreí, no le di mayor importancia, le dije yo que sé, la verdad creí que me estaba bromeando, semanas después, ya me habían preguntado los mismo otras personas y seguía sin darle importancia, cierta noche fui a la Habana 360 con un grupo de amigos que estaba conociendo. En cierto momento se me acercó Sara a quién miré sonriente y quise saludar alegremente, pero ella se me acercó con ganas de pegarme, haciéndome reclamos, acusándome de haberle robado el celular, culpa que negué totalmente, pues yo nunca he robado a nadie, una muchacha grande y acuerpada se acercó a separarla de mí, aunque tuve las ganas y el deseo de agarrarnos como en la WWE, que me encantaba ver, yo estaba demasiado débil y casi

sin fuerzas de sostenerme, sus amigas la apartaron de mí. Y la joven alta y acuerpada me preguntó lo mismo que me habían dicho las demás sobre el celular, le aclaré que no. Me fui para mi casa donde llegué a contarle lo sucedido a mi mamá, ella debió hablar con el abogado, porque no es justo que me hayan destruido la vida, y que sin razón de culpa real alguna, me estén haciendo quedar como una ladrona.

Tiempo después, cuando me hablaba con las hermanas Ríos, ellas me invitaron a piscina en el Hotel del Río, a donde me dirigí, al llegar y mirar de lejos, noté que estaba Mónica, Paula, las Ríos y desgraciadamente Sara, y esta vez no iba a permitir que me pasara lo mismo que antes, me di la vuelta, me salí del hotel tristemente para llegar a mi casa a llorar una vez más. Era tanto el dolor que me causaba que cada persona que se había ganado mi confianza me hablara de ella, que decidí darle prioridad a mi salud mental y emocional, me aparté de todos mis supuestos amigos, para empezar de cero, totalmente sola, sin horizonte. Mis amistades empezaron a ser más que todo, hombres. Quisiera decir que fue la mejor decisión, pero solo fue la apertura a momentos más traumáticos.

Comprendí poco a poco que la humanidad era más machista que lo imaginado. En mi posición sentí una y otra vez que no valí nada, y anhelé morir demasiadas veces. En distintas ocasiones, mi inocencia me llevo a caer en las trampas de ciertos abusadores que me engañaban para ganar mi confianza. Llevaba pocos años de recuperación, iba a salir con dos chicas u adolescentes anteriormente nombradas, ya que se comportaban similar a como yo lo hacía antes del accidente. Una de ellas era ex novia de una ex mía, entre otras, o eso pensaba yo, hasta que un hombre de aproximadamente 50 años o cercano llegó al bar donde nos encontrábamos, yo tenía entre 18 a 20 años, sentí la morbosidad de aquel tipo con cabello de soldado desde la primera mirada, al hacerlo en repetidas ocasiones empecé a sentir temor, le comenté a una amiga, ella

prometió cuidarme, y quise relajarme. Al rato, ese tipo intentó aprovecharse de una chica que ya estaba muy ebria, Decidí comentarle a la hermana para que la ayudara. No sé si lo que sucedió más adelante fue una especie de venganza por haber intercedido, sí pudiera volverlo a vivir, me iría de inmediato a casa, o ni siquiera me iría de casa. Poco a poco se fueron algunas, y quienes continuábamos tomaron la decisión de trasladarnos a la casa de ese ser que me asustaba. Físicamente ya no me consideraba atractiva, guardaba el deseo de ganarme la confianza de las chicas que estaban conmigo, y suplicaba a la vida volver a tener amigos como antes, lastimosamente esos deseos infantiles eran incontrolables, y con la ayuda del licor terminé cayendo en la boca del lobo.

Aquel hombre vivía cerca de uno de los colegios donde estudié, allí estuvimos consumiendo un trago y otro más; les recuerdo que después de mi accidente, el licor me afectaba muy rápido. Al poco tiempo me dio mucho sueño y quise recostarme sobre las piernas de la amiga que quedaba, pero ella alzó la voz para pedir que me dejaran ir a una habitación, traté de evitarlo, pero la timidez me gobernaba. Y con algo de temor me dirigí a la habitación señalada, donde me recosté de inmediato mirando al lado contrario de la puerta, pero supuse que solo eran malos pensamientos. Minutos después mientras me encontraba entre dormida, escuché que alguien abrió la puerta, yo tenía mucho sueño para mirar, solo quería dormir. De un momento a otro sentí que se recostaron en la cama, y cuando intenté reaccionar, algo inentendible lo impidió, me fue imposible, mi cuerpo no respondía y tampoco salía mi voz.

Una mano empezó a acariciar mi piel y me incomodé demasiado, por más que intenté no tuve la fuerza ni la capacidad de moverme o gritar, ese tipo me empezó a manosear, no sabía qué hacer, estaba desesperada, llegué a considerar que era una pesadilla, mi corazón estaba a mil, estaba muriendo de miedo, me imaginaba lo peor, y me sentía encerrada, atada, sin forma de

defenderme. Deseaba despertar y sentirme aliviada, pero no lo logré, cada vez empeoraba, ese monstruo me intentaba desnudar, me estaba quitando el pantalón, y yo solo moría en vida una vez más, estaba viviendo lo peor que consideraba que le podía suceder a una mujer, estaba suplicando que nada fuera real, que estuviera en mi casa, mi cama, quería despertar y correr a abrazar a mi mamá. No puedo estar segura de cuánto pasó, pero sé que de mí ese hombre se aprovechó. En cierto momento logré hablar, me sentía tan mal, tan sucia, tan apenada, que, a pesar de que el viejo me pareciera asquerosamente horrible, tan similar a Freddy Krueger, le pregunté por temor al qué dirán si él tenía novia o a alguien, y el maldito me contestó que tenía mujer e hijos... mi corazón se terminó de destrozarse, me sentí tan decepcionada de mí, nunca antes había actuado tan contrario a lo que yo era, me sentí tan fuera de mis valores, tan asqueada de mí. Solo quise largarme y llorar a tempestades. No me sentí capaz de hacerlo ahí porque afuera estaban esos “amigos” que me podían hacer quedar mal, a quienes no les revelé éste gran secreto, y dormían mientras salí de esa casa. Días después quedé aun peor, volvimos a ir a ese cruel lugar, actuaba como si nada hubiese pasado, y ese tipo continuaba con su asquerosa mirada, y tratando de acercarse a mí, aún duele tanto trasladarme a esos instantes, por más que apartaba mis manos, o me alejaba, ese hombre no dejaba de molestarme, hasta que en cierto momento un joven atractivo que nunca antes había visto estaba cerca, y preferí besarlo a él para que el monstruo no me tocara más, nos encerramos en el baño, y creo que sobra decir que pensaron de mí. Después de ese día, no quise volver a saber de esa gente. Mi vida continuó con mucha tristeza y dolor, pasaron algunos cortos años, estaba estudiando derecho en Unisangil, hice tres semestres, después estudié diseño gráfico en la UDI de San Gil, en cierta ocasión estudié también en el Sena, diseño en la comunicación gráfica, y por fin volví a tener novia, creo que después de seis años, me enamoré, pero fue un mal noviazgo y jamás olvidé a mi gran amor. Con la del Sena, quien tanto me traicionó, duré por más de un año

interrumpido. Después de la primera relación que ella, donde me engañó con el novio, aunque bueno, yo lo sabía, también su traga de infancia, continué porque me pedía perdón, hasta que al poco tiempo accedí a pasarle el chat de una amiga de otro pueblo, que en el pasado me había gustado, y pocos días después se llamaban todo el tiempo, y no, no me terminaron, me pidió que me transformara en la otra. Propuesta que rechacé y me alejé del SENA. Tiempo después quise salir a beber con otro Freddy Krueger, era un hombre grande y moreno de la Costa, con el cabello similar al hombre anterior, para nada era mi tipo, pero quería beber y, por hartos meses, fuimos amigos, o eso pensaba yo.

Un amigo de la UDI me lo había presentado, parecía que yo le gustaba mucho, entre otras. Le hablé de mi gustos pues desde que lo conocí actuaba algo estúpido y parecía enamorado, muchas veces me pidió el cuadre, quise evitar que sufriera y le pedí alejarnos muchas veces, pero ahí continuaba, por eso le confesé que me gustaban las mujeres, y seguía. Cierta noche salimos y fuimos a “Pandora”, el primer bar gay de San Gil, allí me encontré a Mauricio, un amigo gay, a quien le pedí que me cuidara de mi amigo, pues yo quería beber, y ese gusto que él sentía hacía mí, me causaba desconfianza y yo quería beber, perderme en mis pensamientos. Lastimosamente para mí, esa noche me emborraché, mi amiguito Mauricio me acompañó a casa, y se fue con mi BlackBerry, regalo de cumpleaños, mientras que mi amigo me llevó en sus hombros. Quedé tendida después de la puerta de mi casa, estaba muy mal, sentí que mi ex me besaba, y empecé a llamarla una y otra vez por el nombre, ella es muy blanca, de cabello ondulado, la tenía encima de mí y nos besábamos, escuche cierto metal de una correa, no comprendía que pasaba, hasta que cierto dolor me hizo reaccionar, pero al abrir mis ojos se veía mucha oscuridad, les recuerdo que ella era blanca, me quise levantar y me dirigí a dormir.

Al siguiente día llamé a mi amigo moreno a preguntar por mi celular, me explicó que lo tenía Mauricio y dijo que nos teníamos que encontrar. Yo continuaba mareada pero me pareció normal. Al momento llegó mi amigo y me entregó una pastilla, que me dejó en blanco, cuando me explicó era para evitar el embarazo, no supe donde quedé, él sabía lo que menos deseaba era tener hijos, también sabía de mis gustos, y que no me acostaba con nadie. Me tomé la pastilla del día siguiente, y después de eso, llegaron leves recuerdos y solo pude llorar y llorar. Se fue o lo corrí de mi casa, y se fue con toda mi confianza para volver a creer en alguien. Por una semana me encerré en mi habitación diariamente para nadar en el mar de lágrimas, hasta dormir, o hacer lo estrictamente necesario. Mi mamá notó que algo pasaba, y después de una semana me atacó con sus preguntas incómodas, hasta que mi alma destrozada no pude callar más... Fue tan duro para ella como para mí. Mi culpabilidad por confiar en quien no debí, por mucho tiempo brotaba por mis pensamientos y por mi almohada mojada con mis lágrimas. Ese mismo día mi madre se comunicó con un abogado que fue a casa, y también hice venir a mi segundo Freddy Krueger, Yo no sabía que tanto había pasado, y estaba rota por lo que me había dicho antes. En esta ocasión dijo que no había pasado mayor cosa, pero sé que algo similar al pasado había vuelto ocurrir. Cuando hablé con él me hizo sentir culpable, a pesar de que SIEMPRE le fui súper clara con mis sentimientos. Decidí no demandarlo, porque me hubiera sentido culpable por demandar a este que parecía menos peor que el anterior, y aparte, no quería que alguien se enterara. Freddy II, me caía muy bien, y anteriormente me hacía reír demasiado.

Me duele aceptar que nunca antes había estado con el sexo masculino, abusaron de mí cuando no pude reaccionar por un estado de shock que no fui capaz de controlar, lo que me pasaba es una afección que se presenta cuando el cuerpo no está recibiendo un flujo de sangre suficiente, por lo tanto las células y órganos no reciben suficiente oxígeno y nutrientes para funcionar

adecuadamente. Suena similar al porqué me dan medicamentos de ácido valproico después del accidente, es una droga que ayuda a oxigenar el cerebro.

En una ocasión que volví a salir con mi “amigo Freddy II”, volvimos a Pandora, pero esa noche tomados, a él le interesó una mujer que para nada era mi tipo, y me parecía extraña. Cuando estábamos muy tomados y salimos del lugar, le pregunte a ella entre risas de ambas y al oído si era un hombre, “¿acaso no lo notas? Jajaja” contestó ella, reí, le comenté lo de la confusión de “Freddy Krueger II”, y continuamos hacía el hospedaje de ella que estaba a solo unos pasos. Al llegar me corte con una matera que cayó al piso, pues estaba a oscuras. Cuando noté lo que estaba sucediendo no pude controlar la risa que en mí se generó. Yo estaba ebria, ellos se besaban y fueron a la cama. No tengo nada en contra de las personas gay, ni homosexuales hombres o mujeres, ni trans o como los llame, sería ofenderme a mí misma, tampoco sé muy bien que sucedió entre aquellos hombres, de un momento a otro “Freddy Krueger II”, Se me acercó, y estuvo muy callado. En parte me sentí mal por él, si no dije nada fue por ebria, o mi subconsciente quiso venganza, no sé, pero en mis cinco sentidos, no creo que hubiese sucedido así...

Costó hartos años asumir y comprender que mi adicción al alcohol fue la causa de los mayores inconvenientes de mi vida.

Al revivir mi pasado, mi rabia, mi odio, mi tristeza y mi dolor, se despiertan, se siente como si tan solo lo hubiese vivido ayer, mis lágrimas lo confirman. Temí y me costó reconocer y exponer a aquel ser que me violó. Duele reconocerlo... Duele que aunque estoy diciendo la verdad, que la que principalmente sufrió fui yo, sea quien quedó mal y si anotara el verdadero nombre de alguno de ellos, así volvería pasar, cuando tan solo fui inocente con problemas de alcohólica.

Que incomodó que la víctima puede perder por liberar las cicatrices, porque ni l@s “amiguitos” míos servirían de ayuda. Desde hace tiempo entendí que no tenía amigos, y no estuve

dispuesta a demandar, porque de seguro solo hubieran dicho que lo invente, que yo estaba enferma, que yo había sufrido un accidente, que yo estaba loca... Era de lo que más se hablaban de mí. Y sí, no me atreví a hacerlo, me daba pena, me daba miedo, mucho miedo de entristecer a mi madre, decepcionándola más, de que no me creyeran, y aquellos jóvenes actuaran en mi contra, y yo quedara peor ante más gente. Ese tipo era quien le gastaba a mis “amigos”, o hacían “vaca” como casualmente se conocía al reunir plata entre ellos. Yo no era nadie ya.

No sé qué tan completo fue esto o esto, pero si un simple intento es demandable, esto se agregó bruscamente a mi destrucción de vida.

“Él hombre”, sabiendo que yo soy lesbiana no fue capaz de respetarme. Ha sido una fuerte lucha mental contra otros y contra mí. Cuanto perdón me debo a mi misma.

En mi intento de reconstrucción, parecía que morir o matarme era lo ideal, pero mi cobardía lo impidió. Debía ser un intento letal, o mortal, pero ¿entonces? ¿Qué pasaría con mis deseos futuros? ¿Y Ana?... la perdería para siempre. Ese anhelo me continuo manteniendo viva, esa meta de recuperarme estaba más cerca, pues ya me sentía mejor.

Luego volví con mi ex novia para repetir lo mismo, pero esta vez ya no me interesaba y una noche le terminé, pues aún seguía con el mismo novio, y por más que le había preguntado esa noche, me lo negó.

Me pasé a estudiar psicología, los primeros semestres fueron geniales, me relacionaba con varias personas, más que antes. En tercer semestre repetí una materia, soy poco sociable con desconocidos, y mi ex es más sociable que yo, ella era amiga de varios compañeros, cuatro o cinco a quienes les gustan las mujeres, una de ellas era la novia, nunca tuve nada contra ella, y otros heterosexuales, dos de ellos, hombre y mujer, me hicieron demasiado bullying, después de una exposición lamente que fue en grupo con ellos porque así decidió él profesor, ese día, decidí

retirarme, aquella mujer fue la primera en exponer, discutió con el profesor, el segundo fue el chico, olvido lo que tenía que decir, yo fui la tercera, y sentí que expuse bien, me sentí bien. Fuimos a otro grupo los tres, y el profe, nos dijo la nota, no llegamos a 3 y perdimos, pero esa mujer es muy explosiva, sé que sufre de tiroides, pero yo estaba de soportar su bulling y ese día me hizo estallar a mí, pues me culpo de todo, y mientras se acercaba el grupo, solo les hablaba mal de mí, que habíamos perdido por mi culpa, porque tenía un escrito pequeño en mi mano, un papel cuadrado que ni recuerdo haber leído, un papel que lleve por si acaso olvidaba una palabra rara del nombre de alguna enfermedad. Él profesor los había corregido a ambos, de mí no dijo absolutamente nada, peor aquella mujer me culpaba, y no le importaba que yo estaba ahí. Hasta que mi amígdala se activó ante los estímulos amenazantes de esa mujer grande y acuerpada, a quien me le enfrente y dije ante todos y alzando mi voz unas cuantas cosas, mi cuerpo temblaba de rabia mientras les decía mil cosas, me dirigí al otro salón por mi maleta para sacar mi ropa y quitarme ese vestido sin importarme quien me viera y salí súper enojada de la UDI, de esa universidad por donde realmente no me gusta ni pasar. No quise volver a estudiar en esa universidad.

Esa mañana llegué a casa, estaba desesperada buscando por internet que hacer. A qué dedicar mi vida... Ese mismo día buscando carreras de psicología, apareció por Facebook que era el último día de inscripción a artes plásticas en la UIS, ese día fue el inicio de mi presente y mi futuro. Estudiar en Bucaramanga, en un lugar diferente a San Gil, fue un reto difícil para mí, era mi última oportunidad de estudio, y no podía continuar igual. En mi primer o segundo viaje mi robaron mi Motorola G7, y viví una mala experiencia. Pero esta oportunidad era única y decidí continuar.

Mi pasado ha sido muy difícil de llevar. Debí aprender a negar tanto dolor experimentado, debí tolerar tanto bullying, tanto rechazo, debí hacerme a un lado de mí misma para poder avanzar, debí aprender a ignorar e ignorarme, debí enfrentarme al miedo y ganar fortaleza, esforzarme para aprender, para viajar, para estudiar, y poco a poco aprender a disfrutar de la soledad, pero nunca se ha podido olvidar.

Por muchos años soñaba con regresar a aquel 04 de septiembre y no faltar a clase, solo hubiese sido un mal día, e imagino como hubiesen sido los demás. Me pregunto qué hubiese pasado, será que pude haber hecho que Ana volviera conmigo? Será que pertenecería a la fuerza aérea? ¿Qué hubiese sido de mí? Creo que mi vida sería mejor que ahora.

De mi gran amor me logré despedir, logré quitarme un gran peso de encima con tan solo decir unas palabras que no me salieron tan lindas como en mi cabeza. Aun la extraño, pero cierto día durante la pandemia del COLVID 19, una vez que estaba usando tapabocas, la vi caminando por el parque principal. Me le acerqué corriendo y le dije que ella era mi traga, recibí cierta burla o risa de ella, no se lo esperaba, yo lo anhelaba, pero no estaba preparada. Continuo caminando y la seguí hasta la esquina, le pedí que por favor me diera su mano, tal vez creyó que le daría algo, me hubiera encantado pero nada fue planeado, solo anhelaba abrazarla, sentirla, pero solo me atreví a tocar su mano, y verla los ojos por algunos segundos que frenaron mi mundo... se dio media vuelta y se alejó. No pude dejar de ver mi mano, y mis lágrimas no cesaron por un buen rato. Fui triste y feliz a la vez, espero que esté feliz.

Ya como despedida, comento que hace unos cuantos meses volví a ver a mi última amiga de colegio, la dueña de la moto en que sufrí el accidente. Ella no condujo en esa ocasión, pero el infortunio nos alejó. Fue imposible no reconocerla, como no extrañar su risa que se contagiaba.

La imaginaba en otro país, pero estaba a pocos metros de mí en la ciudad de mi estudio. Se encontraba con unos niños, su cabello era de otro color, y aunque se me pareció tanto, no pude creerlo, no supe cómo reaccionar, solo nos miramos a los ojos unos segundos, y no había duda del gran parecido, pero se me hacía imposible.




Una noche cercana no pude dejar de pensar en ella, en lo buenas amigas que éramos, en que habría sido de su vida, y la busqué por redes sociales, la encontré y que sorpresa, era la misma mujer que había visto. Los recuerdos, de buenos y malos momentos vividos juntas o separadas no dejaban de pasar por mi mente, y hasta que Morfeo se apoderó de mí, no pude dejar de pensar en lo injusta que a veces es la vida.

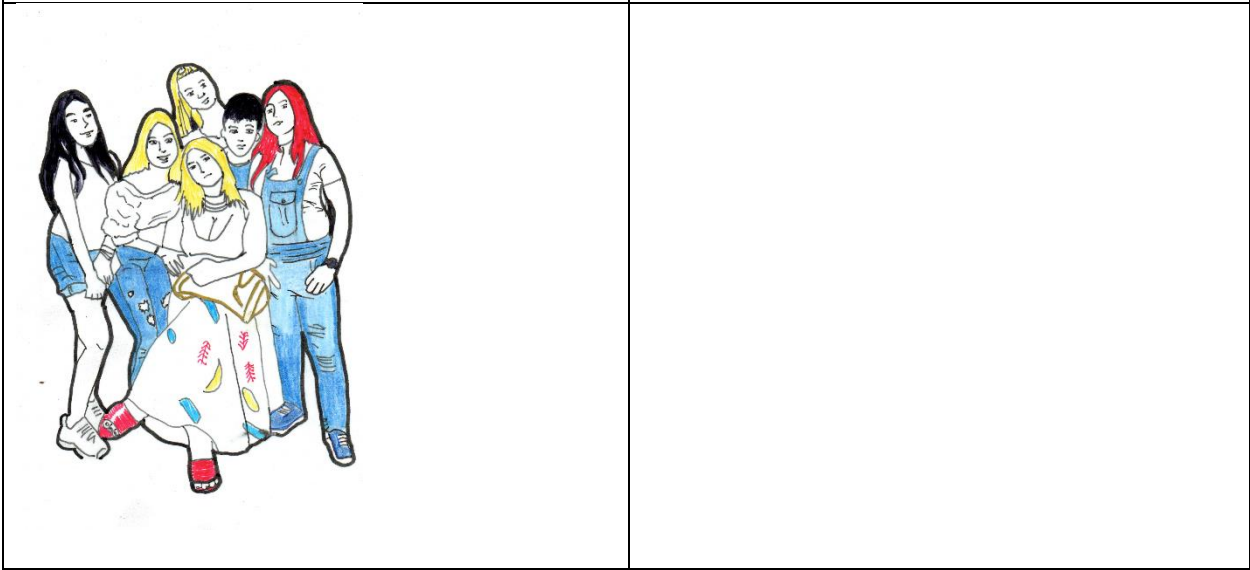
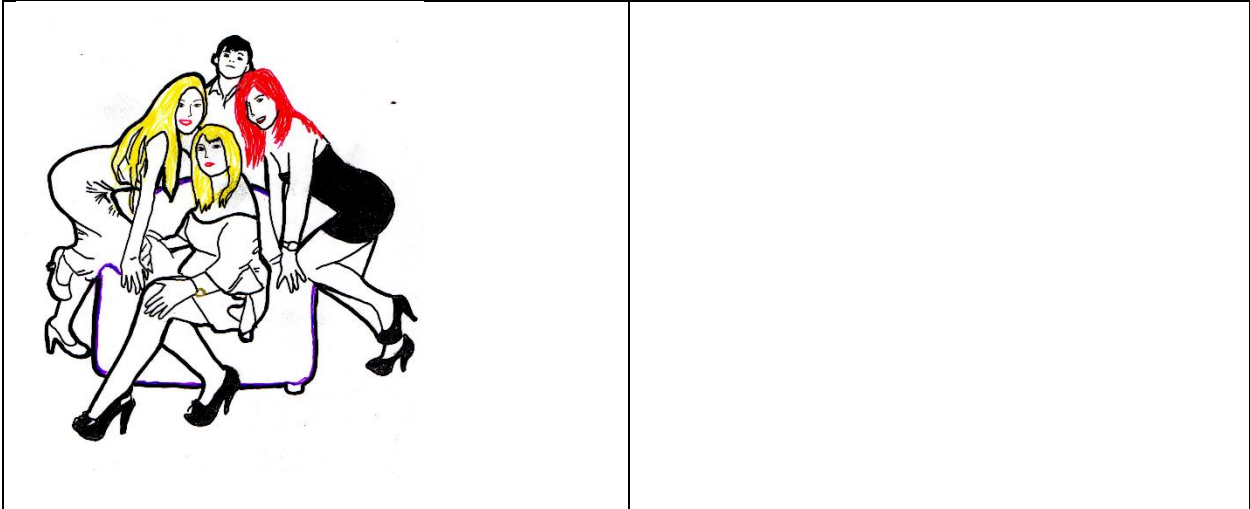
Hoy me miro al espejo, y me gusta cómo me veo. En mi estudio me retrase un poco, pero hoy me siento feliz de haber estudiado lo que estudié, y donde lo estudié.

La vida es un constante cambio, es un camino con y sin tropiezos, nos puede alzar, elevar y en cualquier momento nos derrumba, o viceversa, no hay que apegarse a nada ni a nadie. Considero que la suerte mala o buena existe, y solo dura un ratito. He sido creyente en Dios, pero comprobé que no solo depende de ello el estar sanos, a salvo, o felices. Depende de cada quien, de los demás aunque no deben valer, pero tienen mucho que ver. Dependemos del momento, del tiempo y de cualquier circunstancia. No olviden que lo inesperado siempre puede pasar.

Al recordar todo lo anterior comencé a realizar diferentes bocetos que ilustraran mis experiencias, los cuales se pueden observar a continuación:

BOCETOS:



### CONJUNTO DE OBRAS PARA EL MONTAJE

Luego del proceso de bocetación decidí realizar los dibujos en papel Fabriano de 185 gramos, especialmente por la calidad que ofrece y por su material que garantiza una larga conservación en el tiempo. Se escogieron las dimensiones 65x50 cm, para los más distintivos y centrales de mi obra, que envuelven un conjunto de imágenes que son representadas en un tamaño más pequeño de 50x32.5 cm, las cuales juegan un papel secundario, pero a la vez importante, donde expreso mis recuerdos más valiosos de estas etapas de mi vida. Los dibujos representan las fotografías que se veían en mi casa, entre otras guardadas de manera digital, las cuales quise plasmar porque son retratos familiares o de recuerdos importantes. Para asemejar con la fotografía antigua agregué un marco color negro en cada una de las figuras, ya que al rodear a los protagonistas hace que se preste más atención sobre ellos.

Plasmé mi obra con 2 anomalías, la primera representando mi accidente a color rojo, color que impacta, pues aquel día cambió el transcurso de mi vida, y la graduación sobre fondo blanco, pues este logro se ha convertido en mi meta más valiosa. Que considero cambiará mis recuerdos grises por mejores experiencias por vivir.

Realicé una cantidad de 24 dibujos, los cuales dividí en 5 grupos que marcan lo más importantes de ciertos momentos de mi vida, cada uno encabezado por un dibujo más representativo y con 19 imágenes a un tamaño inferior que complementan las vivencias relacionadas según el tiempo. Las cuales son las siguientes:

**Lugar de Montaje:**

Mi lugar de montaje fue la Sala Macaregua, Sede Bucarica. El espacio asignado para mi obra fue de 3,91 metros en horizontal plasmado en pared.

**Figura 7.****Grupo 1:**

En este grupo representé mi niñez. Nací fruto de un matrimonio donde luego de algunos años, mi padre se volvió alcohólico, infiel, e irresponsable, por lo tanto, se destruyó la relación después del nacimiento de mi hermana.

Durante mi permanencia en el colegio Nuestra Señora de la Presentación, inició mi pasión por el futbol, el deporte, conocí y perdí amigas, me enamoré por primera vez, sentí mi primera derrota en el estudio, en el amor, y probé el alcohol.

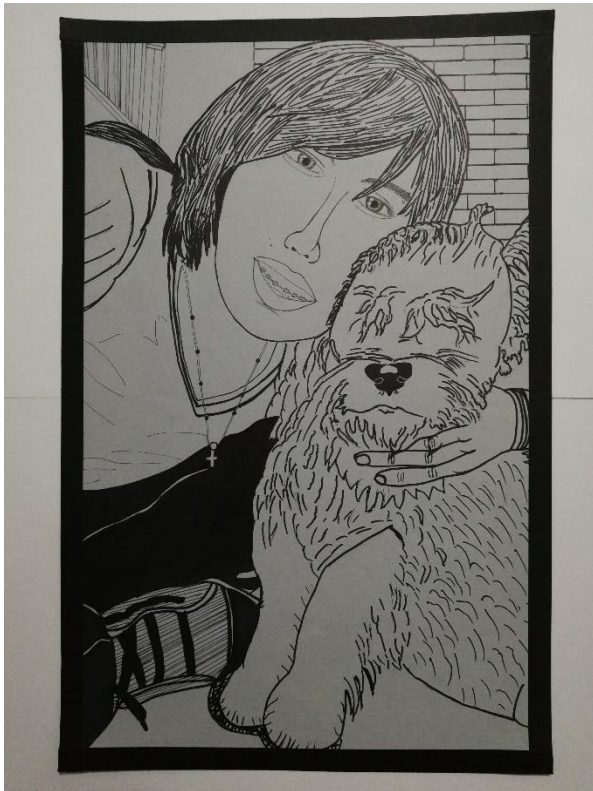
**Figura 8.**



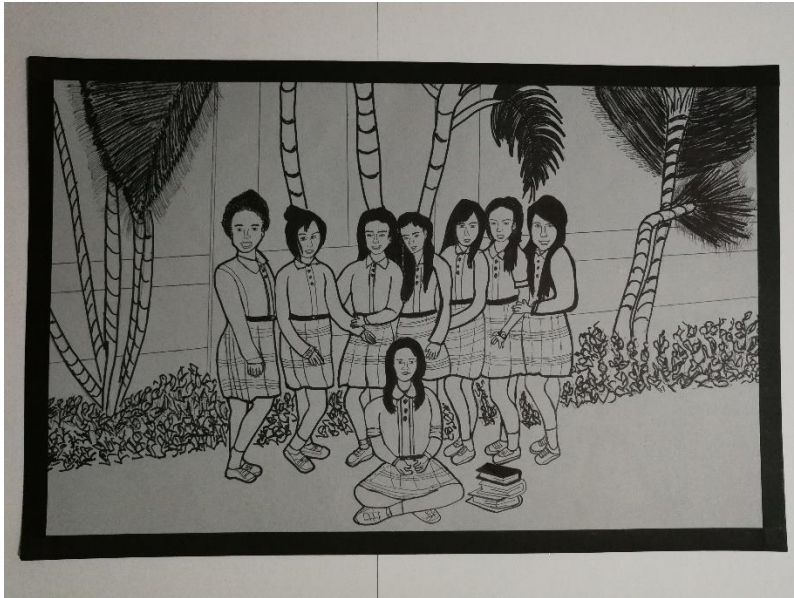
**Figura 9.**



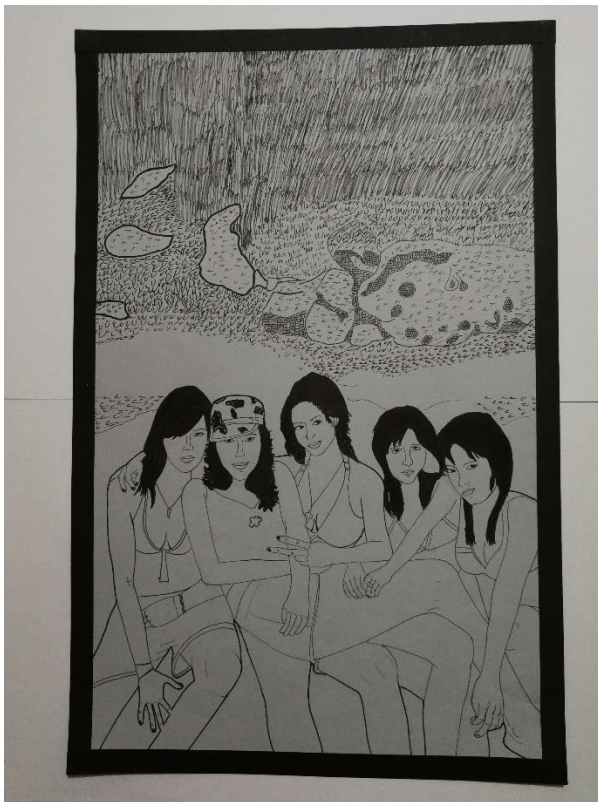
**Figura 10.**



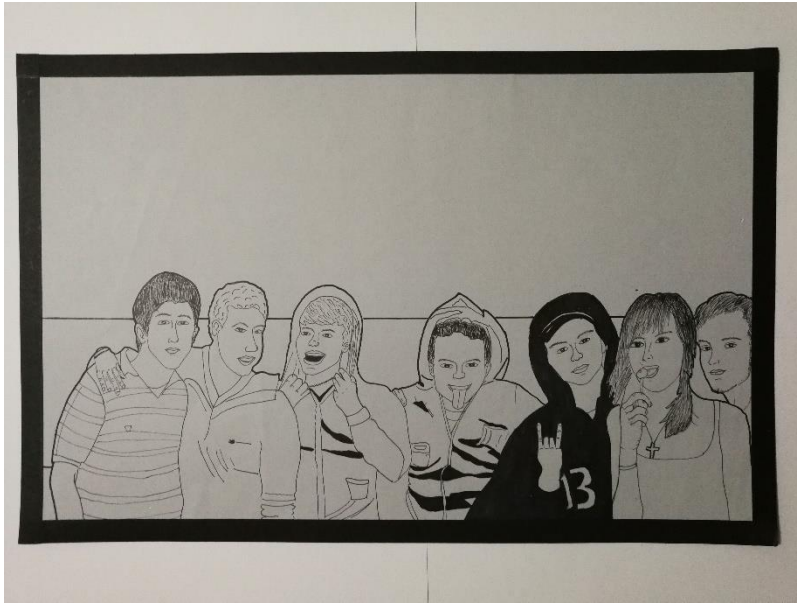
**Figura 11.**



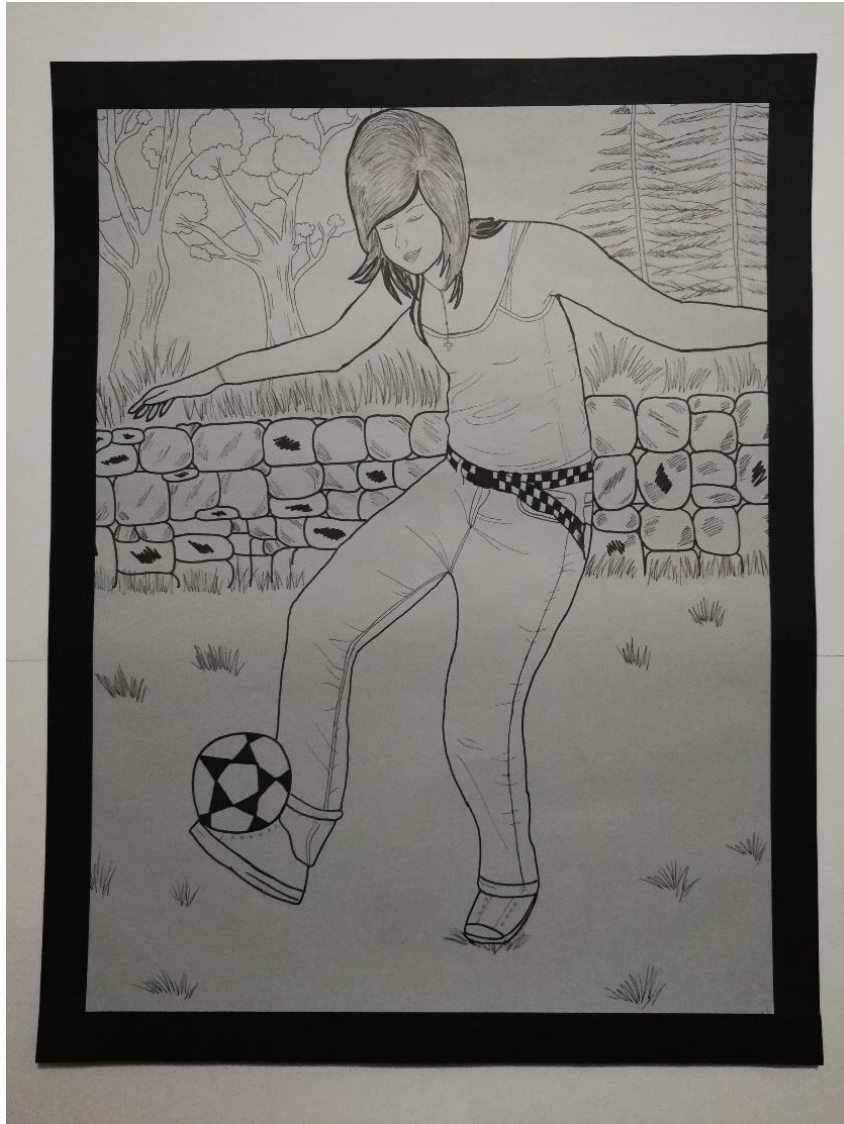
**Figura 12**



**Figura 13**



**Figura 14.**



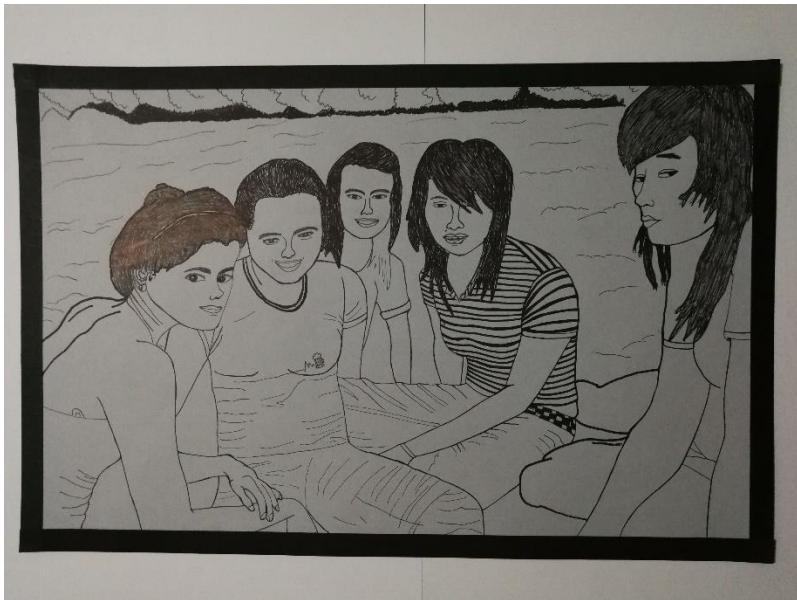
***Propuesta de Montaje:*****Figura 15.****Grupo 2:**

En esta representación, muestro a mis amiguitos del Guanentá, el nuevo colegio, donde conocí al amor de mi vida, quien reemplazó el rechazo por la felicidad con el latir más alegre y profundo de mi corazón.

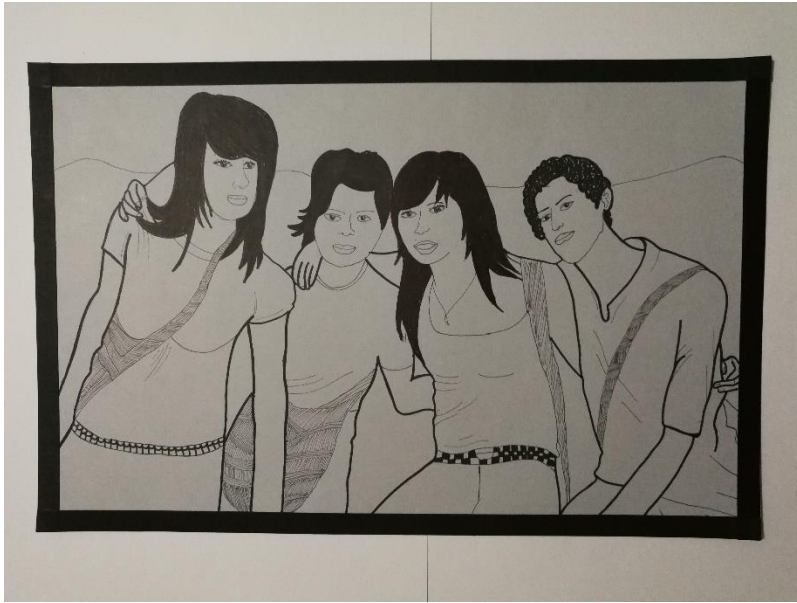
**Figura 16.**



**Figura 17.**

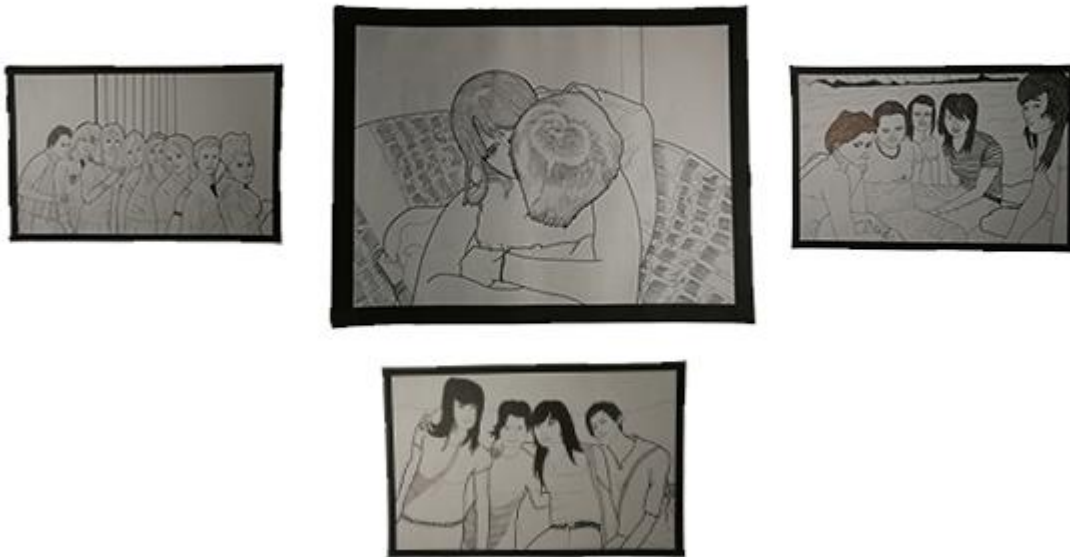


**Figura 18.**



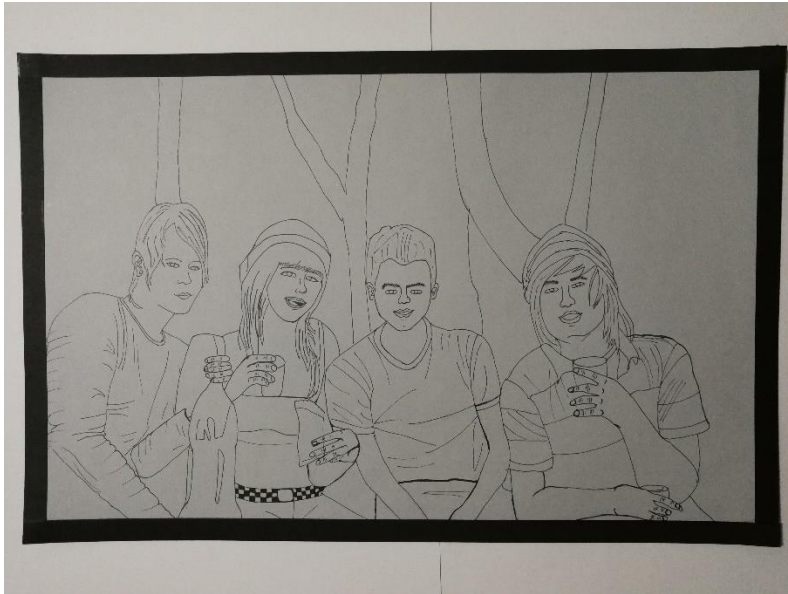
**Figura 19.**



***Propuesta de Montaje:*****Figura 20.****Grupo 3:**

Después de la felicidad llegó el caos. Como una adolescente popular y enamorada en ese tiempo, me dejé llevar por la inseguridad y las diferencias económicas, que conllevaron a alejarme de mi tesoro encontrado (ella). Mi deseo interrumpido de tenerla conmigo se hizo una adicción incontrolable, me resguardé en el licor para intentar olvidarla. Al no manejar el destino, mi vida se derrumbó tras sufrir un trauma craneoencefálico severo.

**Figura 21.**



**Figura 22.**

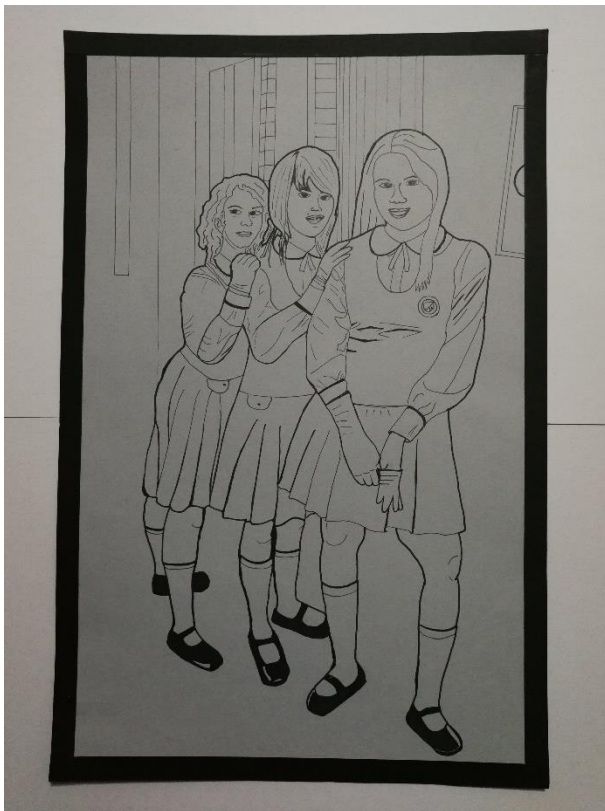


Figura 23.



Figura 24.

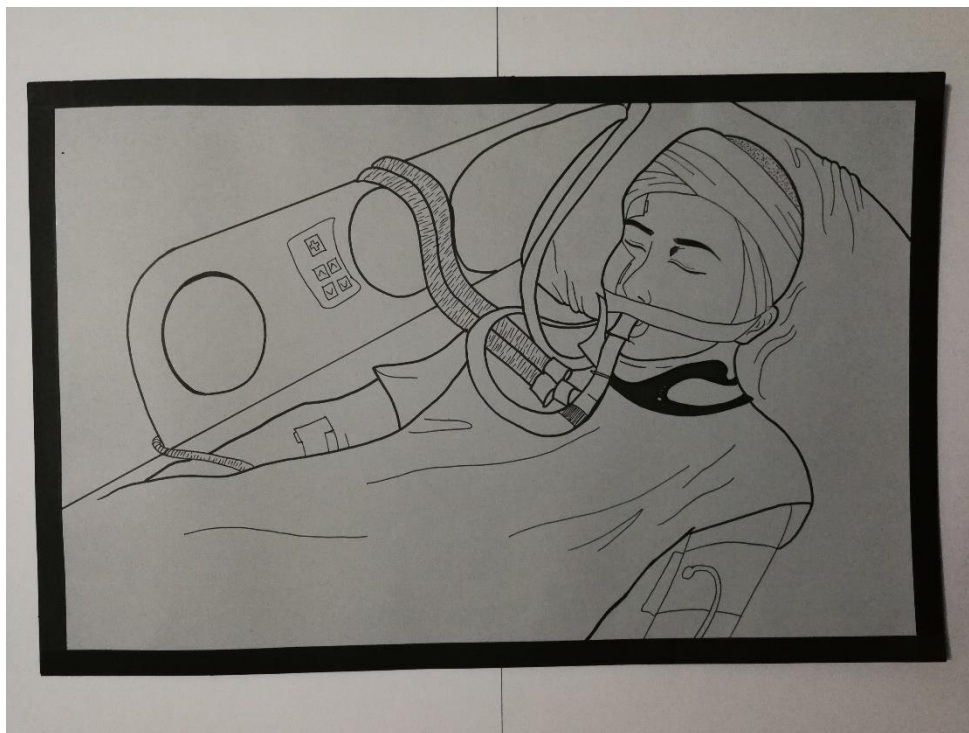
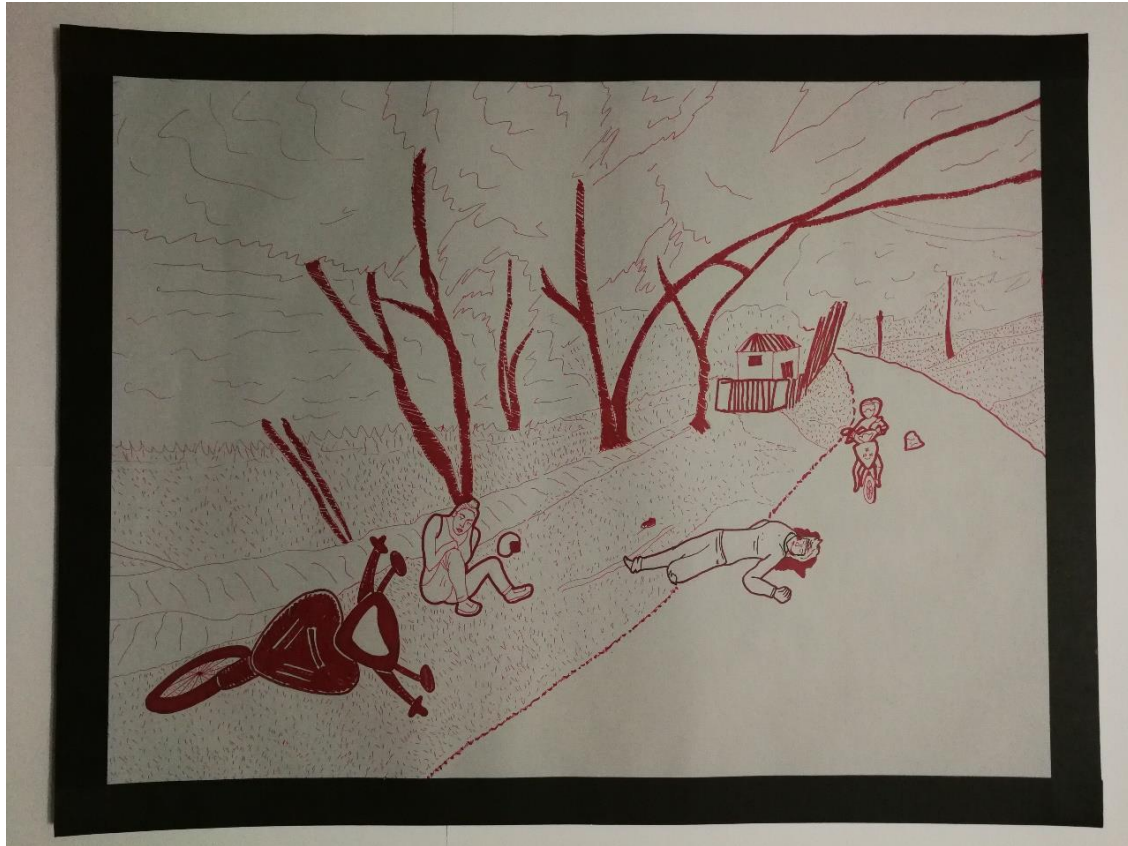


Figura 25.

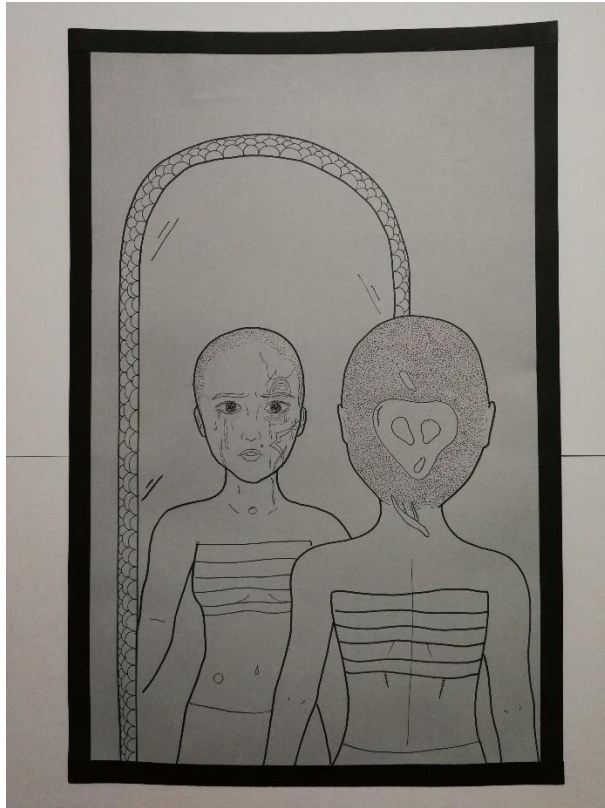


***Propuesta de Montaje:*****Figura 26.****Grupo 4:**

Verme al espejo a mis 17 años, al percatarme de mis cicatrices en el rostro, en mi cabeza y mi falta de cabello, me ocasionó una profunda tristeza por la que terminé desplomándome.

Las secuelas y consecuencias del trauma hicieron enfrentarme a un mundo desconocido, donde la gente abusaba de mi inocencia, mi confianza, me realizaban bullying y me trataban como un ser insignificante del cual sólo se querían aprovechar, aunque pasaran los años. Pensar en el amor de mi vida fue mi refugio y mi fortaleza para continuar y salir adelante.

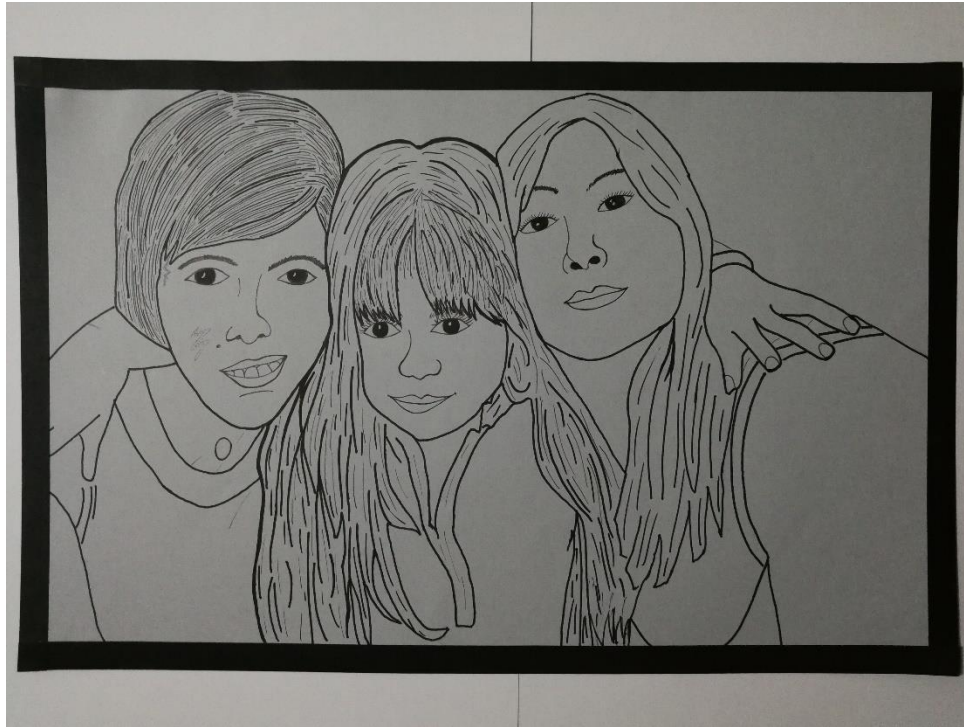
**Figura 27.**



**Figura 28.**



**Figura 29.**

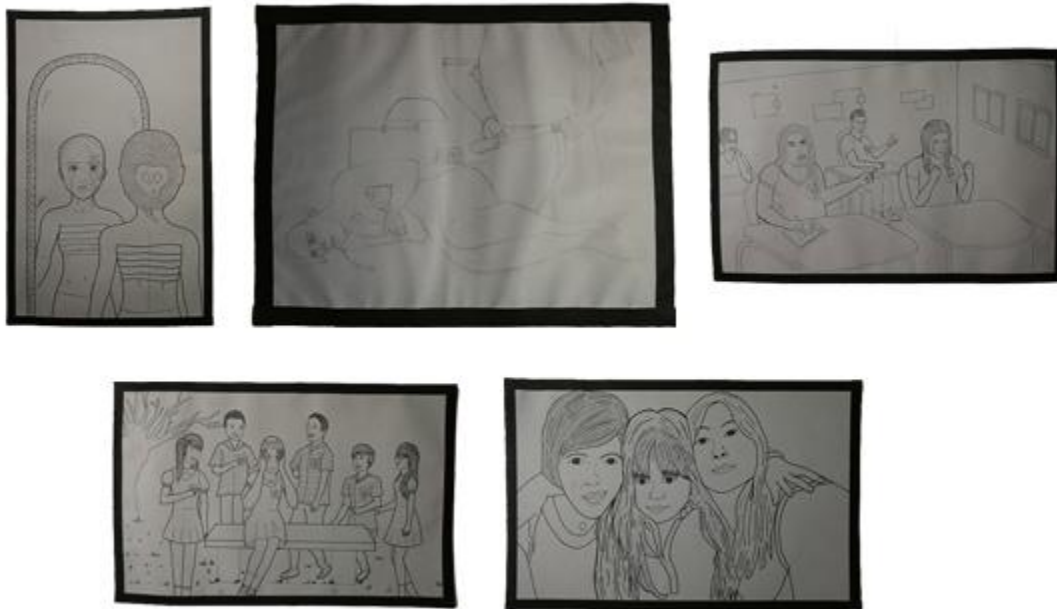


**Figura 30.**



**Figura 31.**



***Propuesta de Montaje:*****Figura 32.****Grupo 5:**

Después de varios y diferentes intentos de estudio, el tiempo, el apoyo de mi familia, mi fortaleza, mi persistencia para recuperarme y mi indudable amor por el dibujo me han hecho pintar nuevamente el lienzo de mi vida.

**Figura 33.**



**Figura 34.**

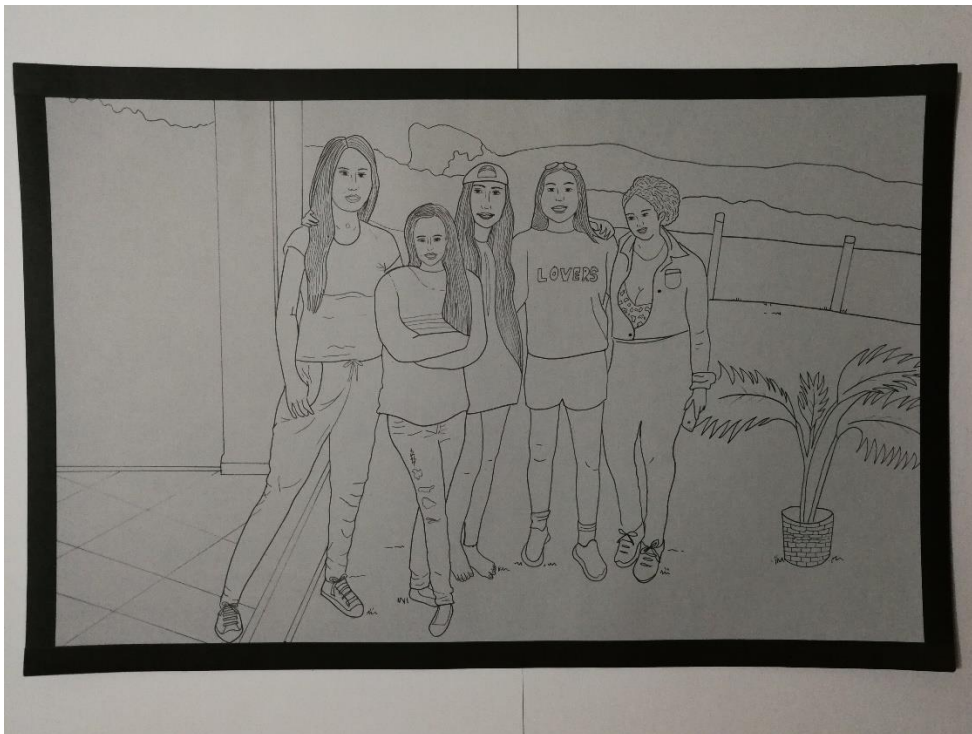
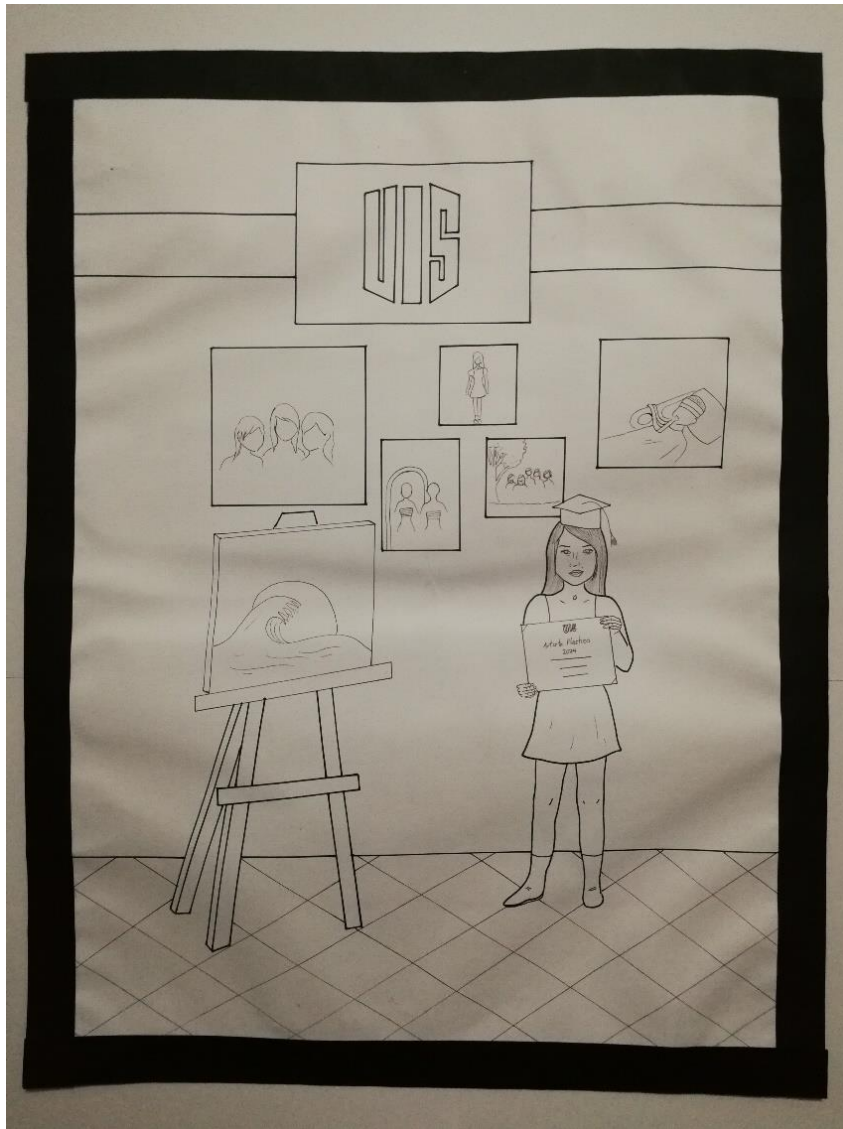
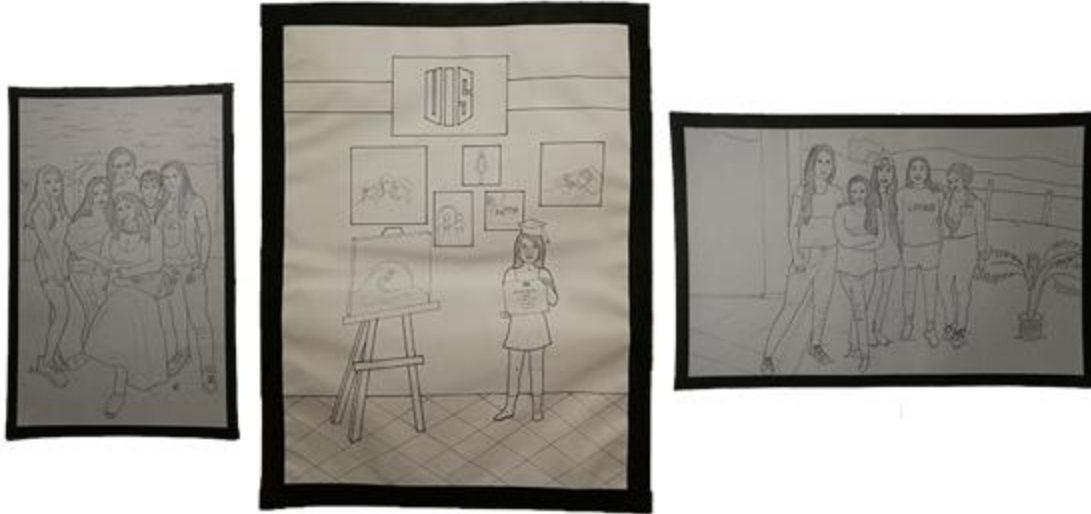


Figura 35.



*Propuesta de Montaje:*

**Figura 36.**



**Exposición definitiva**

**Figura 37.**



## CONCLUSIONES

El accidente me hizo entender que el mundo no era tan bello e inocente como imaginaba, me hizo abrir los ojos, ver más a profundidad el interior de la gente. Al menos estar tan mal, me quitó la venda de los ojos y me permitió ver quién es quién en este lugar gris.

En la conclusión de este viaje transformador, es evidente que el arte ha servido como un vehículo de liberación y expresión para mí, al sufrir de un trauma craneoencefálico severo difuso. A través de la pintura he podido canalizar el dolor y la confusión en una forma de expresión que no solo me ha permitido procesar mis emociones, sino también comunicarlas a otros. La catarsis alcanzada por medio del arte ha tenido un impacto significativo en mi vida diaria, mejorando mi capacidad para manejar el estrés, las relaciones interpersonales, y reduciendo la incidencia de episodios de frustración y desesperanza.

Antes de encontrar refugio en el arte, me enfrentaba diariamente al abuso y al maltrato en mi entorno, lo que exacerbaba mi condición y dificultaba mi recuperación. Sin embargo, al sumergirme en el proceso creativo, encontré una forma de empoderamiento y autoafirmación que permitió establecer límites saludables y buscar entornos más positivos y de apoyo. El arte no solo me ha dado una voz para confrontar y desafiar las injusticias que he enfrentado, sino que también me ha inspirado en otras situaciones que me han hecho encontrar mi propia sanación.

Este proyecto destaca cómo el arte puede ser un medio efectivo para superar traumas y cómo puede influir positivamente en la recuperación y el bienestar general de una persona. Además, recalca la importancia y el reconocimiento del arte como una herramienta terapéutica valiosa.

**BIBLIOGRAFIA**

Bolaño, E. (5 de agosto de 2016). *Susana y los viejos: una denuncia de Artemisia Gentileschi al acoso sexual*. Historia – arte. <https://historia-arte.com/obras/susana-y-los-viejos-de-artemisia-gentileschi>

Bolaño, E. (22 de octubre de 2018). *La columna rota: autorretrato de mujer sufriendo*. Historia – arte. <https://historia-arte.com/obras/la-columna-rota>

Carreón-González, H. (2017). medigraphic.com. Recuperado el 06 de 2014, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2017/eim172i.pdf>

Crespo, J. (2016). *Dibujos y pinturas de Hokusai*. Academia. Consultado el 10 de junio de 2014. [https://www.academia.edu/41417789/Dibujos\\_y\\_pinturas\\_de\\_Hokusai](https://www.academia.edu/41417789/Dibujos_y_pinturas_de_Hokusai)

Cuervo M. (2022, Diciembre 5). Traumatismo craneoencefálico y su rehabilitación neuropsicológica en funciones ejecutivas. NeuronUP. Recuperado de <https://neuronup.com/estimulacion-y-rehabilitacion-cognitiva/dano-cerebral-adquirido/traumatismo-craneoencefalico-y-su-rehabilitacion-neuropsicologica-en-funciones-ejecutivas/>

Echeburúa, E. (2015). Secuelas psíquicas en víctimas de accidentes de tráfico: un análisis clínico y pericial a la luz del nuevo baremo español de 2015. Recuperado

de <https://www.researchgate.net/publication/284009876>

José Galindo, R. (s.f.). Testimonios. Regina José Galindo.

<https://www.reginajosegalindo.com/testimonios/>

Lampkin, F. (17 de agosto de 2018). *Mi cama: la horrible obra de arte que abrió el siglo XXI*.

Historia – arte. <https://historia-arte.com/obras/mi-cama>

Mayo Clinic. (s. f.). Diagnóstico y tratamiento del traumatismo craneoencefálico. Recuperado de

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/traumatic-brain-injury/diagnosis-treatment/drc-20378561>

Michelle (Michelle, s.f.). El eco del amor en memoria del olvido. [https://www.letras.com/no-te-](https://www.letras.com/no-te-va-gustar/1774249/significado.html#:~:text=La%20canci%C3%B3n%20'Memorias%20Del%20Olvido,amor%20que%20ya%20no%20est%C3%A1)

[va-](https://www.letras.com/no-te-va-gustar/1774249/significado.html#:~:text=La%20canci%C3%B3n%20'Memorias%20Del%20Olvido,amor%20que%20ya%20no%20est%C3%A1)

[gustar/1774249/significado.html#:~:text=La%20canci%C3%B3n%20'Memorias%20Del](https://www.letras.com/no-te-va-gustar/1774249/significado.html#:~:text=La%20canci%C3%B3n%20'Memorias%20Del%20Olvido,amor%20que%20ya%20no%20est%C3%A1)

[%20Olvido,amor%20que%20ya%20no%20est%C3%A1](https://www.letras.com/no-te-va-gustar/1774249/significado.html#:~:text=La%20canci%C3%B3n%20'Memorias%20Del%20Olvido,amor%20que%20ya%20no%20est%C3%A1).

NEPSA. (s. f.). Intervención psicológica con pacientes con traumatismo craneoencefálico.

Recuperado de <https://nepsa.es/intervencion-psicologica-traumatismo-craneoencefalico/>

Ortega Zufiría, J.M., Choque Cuba, B., Sierra Rodríguez, M., Poveda Núñez, P., Tamarit

Degenhardt, M., López Serrano, R., Lomillos Prieto, N. y Domínguez Lubillo, C. (2018).

Factores pronósticos del traumatismo craneoencefálico grave. *Revista Argentina de Neurocirugía*, 32 (4), 230-241. <https://aanc.org.ar/ranc/items/show/1224>.

Quintana N. (s.f.). Acoso LGTBI+, bullying homofóbico y transfóbico en la escuela. Recuperado

de <https://infoacoso.es/bullying-homofobico-y-transfobico-en-la-escuela-acoso-lgtbi>

Rojo P. (2020). La catarsis en la ‘Poética’ de Aristóteles. *Ensayos de Filosofía*. Recuperado de

<https://www.ensayos-filosofia.es/archivos/articulo/la-catarsis-en-la-poetica-de-aristoteles>

Viloria, I. (10 de julio de 2017). *Ritmo 0 de Marina Abramovic*. Líneas sobre arte.

<https://lineassobrearte.com/2017/07/10/ritmo-0-de-marina-abramovic-1974/>

&DRUG, U. F. (2021). Obtenido de [https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-](https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/el-traumatismo-craneoencefalico-lo-que-debe-saber-sobre-los-sintomas-el-diagnostico-y-tratamiento#:~:text=Los%20da%C3%B1os%20se%20producen%20de,un%20traumatismo%20craneoencef%C3%A1lico%20)

[consumidor-en-espanol/el-traumatismo-craneoencefalico-lo-que-debe-saber-sobre-los-sintomas-el-diagnostico-y-](https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/el-traumatismo-craneoencefalico-lo-que-debe-saber-sobre-los-sintomas-el-diagnostico-y-tratamiento#:~:text=Los%20da%C3%B1os%20se%20producen%20de,un%20traumatismo%20craneoencef%C3%A1lico%20)

[tratamiento#:~:text=Los%20da%C3%B1os%20se%20producen%20de,un%20traumatismo%20craneoencef%C3%A1lico%](https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/el-traumatismo-craneoencefalico-lo-que-debe-saber-sobre-los-sintomas-el-diagnostico-y-tratamiento#:~:text=Los%20da%C3%B1os%20se%20producen%20de,un%20traumatismo%20craneoencef%C3%A1lico%20)

José, G. R. (2014). *reginajosegalindo.com*. Obtenido de

<https://www.reginajosegalindo.com/testimonios/>

*Psicología y emergencias*. (27 de mayo de 2019). Obtenido de

<https://www.psicosocialyemergencias.com/arte-y-trauma/>

Rodríguez, M. (2022 de Abril de 2022). *BBC NEWS MUNDO*. Obtenido de BBC NEWS

MUNDO: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-61045194>

Santos, M. C. (29 de 09 de 2016). *Ha!* Obtenido de Historia del arte: [https://historia-](https://historia-arte.com/artistas/frida-khalo)

[arte.com/artistas/frida-khalo](https://historia-arte.com/artistas/frida-khalo)

*Shakeadito*. (10 de Julio de 2023). Obtenido de <https://shakeadito.com/el-arte-y-el-alcohol/>

Varela, J. A. (s.f.). *Gobierno de Mexico*. Obtenido de [https://www.gob.mx/salud/prensa/035-uso-](https://www.gob.mx/salud/prensa/035-uso-indebido-de-clonazepam-puede-causar-diversos-danos-a-la-salud-incluso-la-muerte#:~:text=El%20consumo%20de%20Clonazepam%20sin,la%20Salud%2C%20Hugo%20L%C3%B3pez%2DGatell)

[indebido-de-clonazepam-puede-causar-diversos-danos-a-la-salud-incluso-la-](https://www.gob.mx/salud/prensa/035-uso-indebido-de-clonazepam-puede-causar-diversos-danos-a-la-salud-incluso-la-muerte#:~:text=El%20consumo%20de%20Clonazepam%20sin,la%20Salud%2C%20Hugo%20L%C3%B3pez%2DGatell)

[muerte#:~:text=El%20consumo%20de%20Clonazepam%20sin,la%20Salud%2C%20Hu-](https://www.gob.mx/salud/prensa/035-uso-indebido-de-clonazepam-puede-causar-diversos-danos-a-la-salud-incluso-la-muerte#:~:text=El%20consumo%20de%20Clonazepam%20sin,la%20Salud%2C%20Hugo%20L%C3%B3pez%2DGatell)

[go%20L%C3%B3pez%2DGatell](https://www.gob.mx/salud/prensa/035-uso-indebido-de-clonazepam-puede-causar-diversos-danos-a-la-salud-incluso-la-muerte#:~:text=El%20consumo%20de%20Clonazepam%20sin,la%20Salud%2C%20Hugo%20L%C3%B3pez%2DGatell)

Velasco, I. H. (08 de 01 de 2027). *BBC News mundo*. Obtenido de

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-38391897>

*Wikiart*. (s.f.). Obtenido de <https://www.wikiart.org/es/tracey-emin>

Zurbano Camino, A. (2007). *addi.ehu.es*. Obtenido de

<https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/12432/El%20arte%20como%20mediador%20>

entre%20el%20artista%20y%20el%20trauma..pdf;jsessionid=D2D18F5E5CAA33CF4A  
40BA44161090B2?sequence=1

