



MI HISTORIA, MI DERECHO

Una aproximación a la metodología de investigación inclusiva con personas con discapacidad cognitiva y discapacidad psicosocial.

MI HISTORIA MI DERECHO

Una aproximación a la metodología
de investigación inclusiva con personas
con discapacidad cognitiva y
discapacidad psicosocial.



Asociación Profamilia

Dirección Ejecutiva

Marta Royo, Directora Ejecutiva

Lina María Castaño, Gerente de Proyectos e Investigaciones

Equipo de Investigación

Participante del proyecto OSI

Alexánder Alegría, Analista de Investigación Cualitativa

Daniela Roldán, Analista de Investigación Cualitativa

Paula Angélica Rojas, Gestora Social

Angie Gabriela Olave, Gestora Social

Diana Lucía Cardona, Gestora Social

Dalvin Rafael Lugo, Gestor Social

Rocio Murad, Coordinadora de Investigaciones

Equipo de Recolección de información

Alexánder Alegría, Daniela Roldán, Paula Angélica Rojas, Angie Gabriela Olave, Diana Lucía Cardona y Dalvin Rafael Lugo.

Equipo Técnico de OSI

Diana Carolina Moreno, Directora de Incidencia

Laura Ximena León Orjuela, Asesora de Incidencia

Luz Agudelo, Analista de Comunicaciones

Vanessa Parra, Analista de Comunicaciones

Liga Colombiana de Autismo (LICA)

Asociación Colombiana Síndrome de Down (Asdown Colombia)

Transcripciones

Lida Tatiana Muñoz

Mauricio López

Portada

Ilustrada por: Laura Martínez

Ilustraciones

Todas las ilustraciones de este informe fueron hechas por Laura Martínez

Bogotá, D.C., Colombia 2022

Asociación Profamilia y Open Society Foundations.

Mi historia, mi derecho: una aproximación a la metodología de investigación inclusiva con personas con discapacidad cognitiva y discapacidad psicosocial.

ISBN: Obra independiente: 978-958-8164-93-9

DOI:

CONTENIDO

Presentación	1
1. Necesidad de la investigación	4
2. Objetivos y enfoque metodológico	8
..	
2.1. Objetivo general y objetivos específicos.....	8
2.2. Diseño de estudio.....	8
2.3. Recolección de información.....	10
2.4. Consideraciones éticas.....	12
4. Resultados	14
"Uno como ser humano se merece lo mejor de lo mejor en todos los casos".....	18
"Uno no nació aprendido, cada día que nos levantamos aprendemos algo".....	33
"Yo no sé cómo aprendí a hablar, pero ya soy una cotorra".....	42
"Me hace feliz estar feliz".....	52
"Me gustaría seguir pintando al óleo, es un arte".....	58
"Sé que he estado en varios lugares, pero no me acuerdo de sus caras".....	64
"Si esto me hicieron ahorita, ¿qué me van a hacer mañana?".....	73
5. Conclusiones	86
6. Recomendaciones	94
Bibliografía.....	97

1

Una de las perspectivas más importantes para **Profamilia** es la Innovación Activa. Esta se aplica en cada uno de los procesos de la organización y la presente investigación no fue la excepción.

Históricamente a las personas con discapacidades se les estudia desde un modelo que impone una distancia para con ellas y ellos, dejándoles por fuera de la producción de conocimiento que tiene que ver con sus vidas.

Estos enfoques refuerzan las formas capacitistas en que son pensadas las personas con discapacidad. Desde luego, los procesos investigativos requieren experticias, experiencias y conocimientos previos. Pero en los últimos años hemos visto cómo diversas investigaciones se han realizado con los grupos poblacionales de una manera participativa, poniendo en sinergia el conocimiento científico y el saber popular: ¿por qué no hacerlo con las personas con discapacidad?

Desde 2012, **Profamilia en conjunto con la Open Society Foundations ha trabajado arduamente por los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las personas con discapacidad cognitiva y discapacidad psicosocial en Colombia.** En alianza con organizaciones y grupos que trabajan con las personas con discapacidad se han llevado a cabo varios proyectos, y en 2018 se lanzó una de las investigaciones más importantes destinada a entender el fenómeno de la violencia sexual contra personas con estos tipos de discapacidad.

2

"Prevención y Abordaje de la Violencia Sexual en Personas con Discapacidad desde un Enfoque de Determinantes Sociales" fue una investigación mixta que dio cuenta de los imaginarios de las personas con discapacidad, así como de las dimensiones sociales que inciden en la violencia sexual contra ellas.

En esta oportunidad, **Profamilia** tiene el gusto de lanzar su primera investigación con enfoque inclusivo con personas con discapacidad cognitiva y discapacidad psicosocial. Esta investigación se realizó en coordinación con la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad aprobada por las Naciones Unidas en 2006 y con una de las campañas más importantes de la organización: "Nada sobre nosotros sin nosotros".

"Mi historia, mi derecho: una aproximación a la metodología de investigación inclusiva con personas con discapacidad cognitiva y discapacidad psicosocial" se consolida como uno de los tantos esfuerzos que se requieren para: **empoderar a las personas con discapacidad; potenciar sus habilidades de investigación sobre las dinámicas que les afectan; y garantizar su autonomía en todos los procesos que inciden en sus experiencias de vida.**

Los esfuerzos que se requieren son muchos, así que, esperamos que la presente investigación sea una de muchas iniciativas que se realizan en el país para demostrar que la autonomía, los conocimientos y las habilidades de las personas con discapacidad son tan valiosas como sus historias y sus derechos.

Marta Royo
Directora Ejecutiva Profamilia



CAPITULO 1.

NECESIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

En los últimos años, numerosos avances se han dado hacia el reconocimiento de las Personas con Discapacidad (PCD) como titulares de derechos, específicamente de Derechos Sexuales y Reproductivos. En 2006, las Naciones Unidas aprobaron la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD). Entre otras cosas, en esta Convención se establece que los Estados deben tomar medidas efectivas para poner fin a la discriminación contra las personas con discapacidad en todas las cuestiones relacionadas con el matrimonio, la familia, la paternidad, la maternidad y las relaciones personales, y lograr que las personas con discapacidad estén en igualdad de condiciones con las demás (Artículo 23).

La CDPD fue ratificada por Colombia mediante la Ley 1346 de 2009 en la que se explica el propósito de promover, proteger y asegurar el goce pleno, y en condiciones de igualdad, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales para todas las personas con discapacidad; y promover el respeto de su dignidad inherente. A esta ley se suman instrumentos de política pública desarrolladas en los últimos años, como el Conpes 166 de 2013, que contiene la Política pública de discapacidad de Colombia (Departamento Nacional de Planeación, 2013); la Ley estatutaria 1618 de 2013, que llama a la adopción de medidas de inclusión, acción afirmativa y de ajustes razonables para eliminar la discriminación por razón de discapacidad (Discapacidad Colombia, 2020); y la Ley 1752 de 2015, para sancionar penalmente la



discriminación contra las personas con discapacidad. Finalmente, de especial importancia es la Ley 1996 de 2019, que establece medidas específicas para la garantía del derecho a la capacidad legal plena de las personas con discapacidad, mayores de edad y al acceso a los apoyos que puedan requerirse para el ejercicio de la misma (Discapacidad Colombia, 2020).

En Colombia, se estima que aproximadamente 4,7 millones de personas viven con algún tipo de discapacidad y pese a los avances descritos, las PCD aún se enfrentan a la discriminación y a la negación de sus derechos, entre ellos los derechos sexuales y reproductivos, lo que impide que puedan vivir plenamente su sexualidad en condiciones de igualdad con las demás personas. Informes e investigaciones han llamado la atención sobre la pervivencia de mitos que impactan negativamente la sexualidad de las PCD, también advierten sobre la frecuente invisibilización de esta dimensión en sus vidas (Acevedo Guerrero et al., 2018; Balza, 2011).

Además, se ha evidenciado que las personas con discapacidad se enfrentan a riesgos mayores de vulneración de derechos sexuales y reproductivos; riesgos que no solo son visibles en las formas más directas de violencia, como la violencia sexual, sino también en la negación de su derecho a decidir sobre sus cuerpos y proyectos de vida (Profamilia, 2018).

Por lo anterior, desde el 2012, Profamilia trabaja con la Asociación Colombiana de Síndrome de Down, la Liga Colombiana de Autismo y el Programa de Acción por la Igualdad y la Inclusión Social de la Universidad de los Andes, para exigir la comprensión y el abordaje de la sexualidad y la reproducción de las personas con discapacidad en Colombia. Con estas organizaciones aliadas y la financiación de OSI Foundation, Profamilia implementó el proyecto denominado "OSI-Discapacidad", cuyo propósito es promover el desarrollo de capacidades y

Los estados deben tomar medidas efectivas para poner fin a la discriminación contra las personas con discapacidad en todas las cuestiones relacionadas con el matrimonio, la familia, la paternidad, la maternidad y las relaciones personales, y lograr que las personas con discapacidad estén en igualdad de condiciones con las demás.

habilidades para la vida de las personas con discapacidad, para contrarrestar los efectos de los círculos de violencia y para avanzar hacia la garantía de sus derechos.

Esta propuesta de investigación hizo parte del Proyecto "OSI- Discapacidad". A través de una metodología participativa y con el objetivo de potenciar las habilidades de investigación de las y los participantes del proyecto "OSI-Discapacidad", se consiguió que, con ellas y ellos, construyéramos una respuesta a la pregunta: ¿Cómo viven las personas con discapacidad psicosocial y cognitiva su sexualidad y sus derechos sexuales y reproductivos?

Horario de Atencion
Lunes a Viernes
7:00 am. a 5:30pm.
Jornada Continua
Sabados 8:00 am. a 12:00 pm



OBJETIVOS Y ENFOQUE METODOLÓGICO

2.1. OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Describir cómo viven la sexualidad y los Derechos Sexuales y Reproductivos las personas con discapacidad psicosocial y cognitiva que participan del proyecto "OSI-Discapacidad" en Barranquilla, Bogotá, Bucaramanga y Manizales.

Para lograr el objetivo general, los siguientes objetivos específicos fueron implementados:

- I) Potenciar habilidades de investigación de las personas con discapacidad** para contribuir al desarrollo de una perspectiva propia sobre su sexualidad y sus derechos sexuales y reproductivos.
- II) Explorar cómo han sido algunas de las experiencias de vida de las personas con discapacidad,** especialmente con relación a su sexualidad y sus Derechos Sexuales y Reproductivos.
- III) Describir la historia de vida** de algunas de las personas con discapacidad dando cuenta de las lógicas interseccionales de las opresiones (raza, clase, sexo, orientación sexual, generación/ciclo de vida, tipo de discapacidad).

2.2. DISEÑO DE ESTUDIO

Esta investigación es un estudio cualitativo exploratorio- descriptivo, orientado por una metodología de investigación participativa, la cual se llevó a cabo en Bucaramanga, Manizales, Barraquilla y Bogotá. La investigación participativa (IP) es una modalidad de la investigación-acción, la cual se caracteriza fundamentalmente por involucrar a los sujetos sobre los que se investiga en el proceso



mismo de la investigación, mediante la reflexión sobre sí mismos. En el campo específico de la investigación con personas con discapacidad, esta metodología se ha acogido con el nombre de investigación inclusiva (Pallisera Díaz et al., 2015).

Su aplicación representa la superación de los planteamientos del modelo médico de la discapacidad, a través del cual las personas con discapacidad son vistas como pacientes, susceptibles de ser observadas y analizadas (incluso rehabilitadas), pero no preguntadas por sus puntos de vista u opiniones (Walmsley, 2001).

La forma en que las personas con discapacidad participan en una investigación con metodología inclusiva puede ser variada. Según Bigby, Frawley y Ramcharan citados por Pallisera Díaz et al. (2015) esta forma puede ser de tres tipos: **a)** asesoramiento, cuando las personas con discapacidad son consejeras en las distintas fases de un estudio, aportando sus visiones y experiencias; **b)** liderazgo, cuando las personas con discapacidad establecen las prioridades o desarrollan sus propias investigaciones; y **c)** colaboración, cuando las personas con y sin discapacidad trabajan conjuntamente en un proceso de investigación en el que aportan sus habilidades y experiencias para generar conjuntamente nuevo conocimiento (Pallisera Díaz et al., 2015). Esta última fue la modalidad de participación implementada en la presente investigación.

Debido a los retos que supone implementar una metodología inclusiva de investigación, el equipo que colaboró con las personas con discapacidad durante el proceso estuvo conformado por: **i)** las y los gestores sociales del proyecto "OSI-Discapacidad", profesionales en psicología y trabajo social, con experiencia en el trabajo con jóvenes y personas con diversas discapacidades; **ii)** el equipo de investigaciones de Profamilia que ha desarrollado investigaciones con personas con discapacidad y también ha implementado la metodología investigación participativa en otros contextos.

La investigación se desarrolló en tres momentos:

1. En el primer momento se promovió el desarrollo de habilidades de investigación en las personas con discapacidad que participaron del proyecto, mediante actividades de observación/exploración sobre sus propias vidas. En total se contemplaron nueve actividades de observación/exploración dentro del proceso formativo del proyecto "OSI-Discapacidad", las cuales fueron orientadas por tres ejes de análisis: **a)** Quién soy; **b)** Cómo vivo o cómo es mi vida; y **c)** Cómo quisiera mi vida. Para el registro de las actividades de observación/exploración, las personas con discapacidad contaron con diarios de campo.

2. El segundo momento del estudio consistió en la selección de algunos participantes voluntarios para llevar con ellos y ellas un proceso de investigación más profundo sobre sus experiencias de vida, especialmente sobre la forma en que han vivido su sexualidad y sus Derechos Reproductivos. Esto se hizo mediante entrevistas semiestructuradas en tres sesiones.

3. Finalmente, el tercer momento del estudio corresponde al análisis de toda la información recolectada y a la validación de las historias de vida por parte de las personas con discapacidad que hicieron parte de esta metodología.

2.3. RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

El diseño de este estudio supuso la implementación de dos instrumentos de recolección de información descritos a continuación:

Diarios de campo o cuadernos de registro

Para este estudio, se contó con diarios de campo que tuvieran sus páginas en blanco, con espacio para anotar la fecha en la que se hace la observación y el tema de la misma. Se tuvo en cuenta que fuera útil y fácil de diligenciar. Durante el trabajo de campo, las personas con discapacidad desarrollaron sus ejercicios a partir de sus procesos formativos.



Su unidad de análisis fue su propia vida y, dado este carácter personal, no existió una estructura única de diario de campo. Esta varió de persona a persona. Todas las personas participantes del proyecto "OSI-Discapacidad" contaron con diarios de campo, que se constituyeron en herramientas para potenciar las habilidades de investigación y no como insumo de análisis por parte del equipo de investigaciones, ya que esto entraría en conflicto con la metodología de investigación inclusiva.

Para el seguimiento al ejercicio se invitó a las y los participantes a enviar una fotografía de lo realizado a la gestora social que acompañó el proceso en su ciudad (Barranquilla, Bogotá, Bucaramanga y Manizales). Las gestoras explicaron que tanto la participación como el envío de las fotografías eran voluntarios y que la información sería tratada como confidencial. El envío se hizo vía correo electrónico o vía WhatsApp.

Entrevistas semiestructuradas en profundidad

Las entrevistas semiestructuradas en profundidad fueron aplicadas en tres sesiones diferentes. A través de estas entrevistas, se construyeron historias de vida de las personas con discapacidad.

En la primera sesión, se abordaron tópicos relacionados con los primeros años de vida de las personas, su proceso de socialización y su pubertad; en la segunda sesión se puntualizó sobre aspectos relacionados con la adolescencia y la juventud, las experiencias escolares, en caso de tenerlas, y las relaciones sociales de las personas en sus entornos cercanos; finalmente, en la tercera sesión se abordó el momento actual de la vida de las personas, que de acuerdo a las edades de los participantes del proyecto puede ser la juventud o la adultez. En la última sesión también se indagó por un balance sobre sus vidas y por los planes que tienen para sí mismos o cómo se imaginan sus futuros.

A lo largo de las tres sesiones se abordaron elementos relacionados con la sexualidad y los Derechos Sexuales y Reproductivos como: los gustos de las personas,

la relación con el cuerpo, las experiencias erótico-afectivas, el deseo o no de la maternidad o la paternidad, el acceso a información sobre la sexualidad, la autonomía, entre otros.

En total se construyeron siete historias de vida. Durante la selección de participantes se procuró contar con el mismo número de personas tanto con discapacidad cognitiva como con discapacidad psicosocial; a su vez, se intentó garantizar el mismo número de hombres y mujeres; de este proceso también hicieron parte personas institucionalizadas e inimputables para garantizar la diversidad en la información recolectada.

2.4. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Esta investigación fue aprobada por el Comité de Ética de Investigación de Profamilia (CEIP) el 17 de noviembre de 2020 a través del acta número CEIP-24-2020. A las y los participantes de esta investigación se les explicó que su participación era totalmente voluntaria y en cada una de las tres sesiones de las entrevistas semiestructuradas se les leyó el consentimiento informado para confirmar si deseaban continuar participando.

Para salvaguardar la confidencialidad de las y los participantes se estableció un sistema de anonimato de la información a través de códigos que reemplazaron los datos personales. Dada la situación de vulnerabilidad de las y los participantes, el equipo investigador partió del reconocimiento de igualdad y derechos con la población y fue cuidadoso y crítico en el lenguaje verbal, no verbal y escrito utilizado, evitando el uso de etiquetas o expresiones estigmatizadoras que discriminaran por razones de género, nacionalidad, raza, orientación sexual, condición social o discapacidad. Finalmente, las personas encargadas de las transcripciones de las entrevistas y grupos focales firmaron un acuerdo de confidencialidad, bajo el cual se comprometieron a no entregar o dar a conocer la información (audios o transcripciones) a la que tuvieron acceso al público, entidades, organismos oficiales ni a autoridades públicas o privadas.



RESULTADOS

La necesidad de dar voz a las poblaciones que son investigadas ha promovido avances importantes en el involucramiento de las comunidades durante los procesos de generación del conocimiento.

La investigación-acción participativa (IAP) se ha constituido en una metodología para promover la contribución ciudadana en la generación y difusión del conocimiento. El potencial de la IAP radica en su capacidad para establecer diálogos entre la ciencia y el saber popular y, desde allí, proponer acciones que transformen la realidad de las comunidades que investigan y son investigadas (Durstón & Miranda, 2002, p. 7).

Desglosando en alcance de la IAP, esta metodología procura: **a)** promover el cambio social; **b)** incentivar la participación y el empoderamiento de la sociedad civil; y **c)** establecer sinergias entre la acción y el conocimiento (Contreras, 2002, p. 10). Sin embargo, involucrar a las comunidades en los procesos investigativos trae consigo sus propios desafíos, no solo por el tipo de investigación que se espere realizar, sino por las circunstancias de cada comunidad.

Como se mencionó antes, esta investigación siguió una metodología inclusiva, la cual plantea que personas con y sin discapacidad trabajen en paralelo, donde cada parte contribuye con sus conocimientos y experiencias en pro de la generación de nuevos conocimientos. En este sentido, las personas con discapacidad hicieron parte activa del proceso investigativo en tanto exploraron con el equipo de investigación de Profamilia sus propias circunstancias



para dar cuenta de sus vidas, sexualidad y sus discapacidades (Pallisera et al., 2015, p. 149). Por eso, para este estudio, promover las habilidades investigativas de las y los participantes del proyecto fue crucial para investigar con ellas y ellos.

Esta metodología cobra especial relevancia teniendo en cuenta los imaginarios identificados por algunas investigaciones sobre las personas con discapacidad cognitiva y psicosocial.

Concretamente en sexualidad, las personas con discapacidad suelen ser: infantilizadas, reconocidas como carentes de autonomía o hipersexualizadas (Profamilia, 2018).

La infantilización pretende dessexualizar a las personas con discapacidad, bajo el argumento de la inocencia y su incapacidad por comprender "los relieves de cómo es entendida la sexualidad en el contexto en el que viven" (Profamilia, 2018, p. 53).

A su vez, el capacitismo restringe su autonomía, lo que se traduce en un limitado desarrollo de su sexualidad, la poca exploración de sus cuerpos, la carencia de espacios de intimidad, entre otros.

Por otro lado, cuando se hipersexualiza a las personas con discapacidad, suele argumentarse que las conductas que se salen del marco social se deben a condiciones que les son innatas y devienen de su condición médica. Esto deja de lado la falta de educación y socialización en sexualidad que se les impone (Profamilia, 2018). Lo anterior supone graves desafíos para el correcto ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las personas con discapacidad.

Esta investigación se configura como uno de los muchos esfuerzos que aún se requieren para:

1) Derribar los imaginarios que impiden el goce pleno de la sexualidad; **2)** Demostrar que las personas con discapacidad pueden dar cuenta de

Concretamente en sexualidad, las personas con discapacidad suelen ser: infantilizadas, reconocidas como carentes de autonomía o hipersexualizadas.



sus propias vidas (Pallisera Díaz et al., 2015) y sus sexualidades; **3)** Generar evidencia sobre y con las personas con discapacidad desde un modelo social con una metodología inclusiva totalmente alejada del modelo médico; y **4)** Dar pistas de cómo las personas con discapacidad pueden hacer parte de la implementación de las intervenciones en las que participan.

Al igual que como lo plantea Contreras (2002), en la IAP la metodología de investigación inclusiva también tiene sus propias modalidades de investigación con las personas con discapacidad; Ward y Simons citados por Pallisera (2015) establecieron cuatro formas, de las cuales esta investigación toma dos: **1)** promover la participación de las personas con discapacidad en lo que se quiere priorizar con esta investigación y **2)** difundir junto con las personas con discapacidad los resultados de esta investigación.

Antes de avanzar a las historias de vida es necesario aclarar que, en algunos casos y con el fin de garantizar la confidencialidad de las y los participantes, se cambiaron nombres, direcciones, marcas, entre otros referentes, que permitieran identificar a las personas que cuentan sus vidas. Estos cambios no tergiversan de ninguna manera las historias de vida. Una vez editadas, cada historia de vida fue revisada nuevamente por sus dueñas y dueños. Los cambios posteriores a esta revisión solo se hicieron cuando las personas con discapacidad lo pidieron y no cuando sus cuidadoras, cuidadores u otras personas allegadas al proyecto lo sugirieron.



“UNO COMO SER HUMANO SE MERECE LO MEJOR DE LO MEJOR EN TODOS LOS CASOS”

Estoy cumpliendo 32, dentro de dos meses cumpla los criterios, pero no, en este momento tengo 31 años. Diría yo que vivo en la clínica sí. Por fuera vivo en una zona rural del municipio de acá del norte de Caldas, en una finca de mis padres. Aquí convivo con aproximadamente 27 personas, las cuales somos declaradas inimputables y tenemos un grupo especial, tenemos unos apartamentos adecuados de a dos personas por apartamento, por pieza.

Yo me levanté en la finca, yo diría que conozco gran parte de lo que es desyerbar, coger café, cortar caña; inclusive, antes de entrar acá a la clínica me estaba, que no suena bien..., como especializándome, me estaba acostumbrando a cargar las bestias de caña.

Cuando niño era muy hiperactivo, muy eufórico, una papeletica como le llaman. Me divertía agrediendo a mi hermano, le pegaba. Inclusive la mayor parte de las pelias me las ganaba yo, porque le pegaba a mi hermano. Él es mayor que yo, pero obviamente yo era más corpulento con más capacidad física, yo no sé, entonces era muy aprovechadito con él. Una vez lo amarré en un palo, en un potrero y llegué yo a la casa, que dónde está Miguel y yo no sé y llegó al rato todo tallado de las manitos.

¿A qué ameritaba yo la parte de mi rebeldía? Era mi forma de ser, pero también a mí era el único que me castigaban en la casa, éramos dos hermanos. A mi hermano siempre lo defendían, obviamente, porque él era más tranquilo, más sumiso, más pasivo, en cambio yo era más eufórico, era un montador, era muy cansón.

Yo sí notaba que tenían preferencias. De pronto no nos manifestaban "yo quiero más a este hijo que a este", sino que uno nota en las actitudes, en las formas como lo tratan a uno y como tratan al otro. Eso era un círculo de sentimientos encontrados, los cuales me hacían actuar de esa manera, no sé si es justificando o no, pero eso era lo que yo veía, lo que yo sentía.

Mi mamá está medicada psiquiátricamente desde los 16 años, inclusive de ahí la hipótesis de que yo le heredé la enfermedad, porque yo tengo un trastorno afectivo bipolar, un diagnóstico psiquiátrico. De ahí, diría yo, que nace lo que es violencia intrafamiliar.

Mi papá le gritaba mucho, entonces mi mamá en medio de la rasca, en medio de lo que le produce el medicamento psiquiátrico, no le decía nada, lo ignoraba, omitía todo lo que le decía y a ella no le afectaba. Pero uno notaba que el trato que le daba mi papá verbalmente a mi mamá no era el mejor, debo aclarar: soy testigo de que nunca le pegó a mi mamá, pero verbalmente la trataba mal.

Yo también era muy grosero verbalmente con ella, no de grosería, sino de alzar la voz porque era la imagen que yo veía de mi papá. "¡Mami, que tal cosa!, ¿idónde están mis zapatos!?, ¿iesta camisa por qué no me la ha lavado!?", era como seguir este patrón de conducta que tenía mi papá hacia ella, yo lo asemejé.

Mi mamá era muy sumisa, qué pecao', si ella me hubiera puesto un tatequieto desde pequeño..., yo no pedía una pela, sino como "hágame el favor y a mí no me alce la voz". Porque yo he sido muy paciente, muy noble, de agachar la cabeza siempre.

“Mi mamá está medicada psiquiátricamente desde los 16 años, inclusive de ahí la hipótesis de que yo le heredé la enfermedad, porque yo tengo un trastorno afectivo bipolar, un diagnóstico psiquiátrico.”

Cuando yo como hijo le hacía reclamos a mi mamá del desorden en la casa u otras cosas, yo ya hablaba en un tono muy fuerte, muy brusco, le decía cosas que, siendo mi mamá, yo consideraría que no era la mejor manera. Ella no tenía como un trabajo, para decir "no le hice esto porque estuve en una clase, en x ocupación, aparte de ser ama de casa". Pero ella tenía una incapacidad, no mental, porque suena muy feo, tenía un diagnóstico bipolar y se tomaba un medicamento muy pesado, entonces ella se mantenía embotada, se mantenía somnolienta.

Nosotros nos trasladamos de domicilio muchas veces, vivíamos en fincas y mi papá siempre se ha caracterizado por ser muy temperamental, muy..., no piensa con cabeza fría las cosas, sino que él dice expresar las cosas como salen en caliente. Era muy radical y decía: "Yo me voy de acá" y eso implicaba que nos influenciaba a las tres personas que éramos mi mamá y mi hermano y yo para que nos fuéramos a otra finca, otro lugar, a corotearnos para otro lugar y tuve un promedio de 25 a 30 coroteadas o cambios de domicilio.

Mi mamá fue la que me contó, yo no recuerdo, que una vez estábamos coroteándonos, yo estaba agachadito y se me veía las lágrimas porque teníamos que cambiar de residencia, es complicado, es complicado porque era cambiar de amigos, cambiar de profesores, de temática porque había unos colegios donde iba más adelante que otros.

En el colegio me tuve que esforzar mucho para nivelarme académicamente. Ingresé a un grupo de oración, recuerdo que a los 13 años y yo iba a misa casi todos los días, me volví un niño muy de buena familia, muy devoto diría yo. Recuerdo que estuve en un grupo de oración, mucha gente que decía "este pelao tan niño y icómo predica!".



"Fue algo nuevo, algo que nunca había experimentado"

A mitad de año en vacaciones, cuando tenía 16, fue cuando me dio el primer episodio de trastorno afectivo bipolar. Empecé con delirios, escuchaba voces, estaba rayado. Muchos miembros de mi familia aseguran, yo desmiento eso, de que yo primero consumí drogas y después se me despertó la enfermedad, eso no fue así, yo primero tuve un diagnóstico psiquiátrico.

Hubo una época para mí muy..., fue a los 16 años, yo empecé a frecuentar prostíbulos, aparte pues de experimentar relaciones sexuales con prostitutas, también consumía drogas, empecé a consumir marihuana, perico y entonces me volví un chico muy indisciplinado. Ingresaba al colegio después de descanso, cargaba un solo libro, un solo cuaderno para todas las clases, no hacía tareas o a veces las improvisaba.

Una vez reventé el Eternit, de ahí el rector envió una carta a mis padres informándoles de que si yo seguía en esa condición y no me tomaba el medicamento y no cambiaba mi conducta, no me recibían más en el colegio. En términos generales, me echó del colegio.

Cuando entramos a sexto recuerdo que hubo una sobrepoblación, muchas personas en el mismo grado, entonces dieron dos sextos. Aquí estaban los ordenados, los que estaban más..., separaron las "plagas" de los que eran más organizaditos. A mí me tocó en el grupo de las "plagas", estaban con la filosofía de que las manzanas podridas pudren el resto de las manzanas, entonces no reunían a los dos grupos.

Recuerdo a un compañero, estuve con él estudiando en sexto. Lo recuerdo porque ese man era un teso con las viejas, era como el senséi de nosotros "este marica ¿cómo hace?, ¿qué se echa?".



Era atractivo, así como el Ken, ¿no?, el man tenía su..., tampoco era muy feo, pero decir que por galán se levantaba las viejas, no, era verbo y una espontaneidad con las mujeres. Se cuadraba la que quisiera, él era como un lujo.

Yo era súper tímido, yo con esas mujeres era una pelota, había niñas de mi propio salón que veían como que sí, qué niño tan bonito, que tal, pero a la hora de cruzar palabras o hablar de noviazgos..., es que a mí me parecía como tan cursi eso de flores, como que no compaginaba yo con eso. Yo de pronto era muy recochero y eso, pero a la hora de tener una relación de noviazgo, complicado.

En mi niñez y parte de mi adolescencia yo no tuve novias. Ya a mis 16 años me invitaron a la zona de tolerancia del pueblo, fue algo nuevo, algo que nunca había experimentado. Algo que no olvido fue una relación que tuve con una prosti de edad y me dejó marcado porque ¡qué mujer! No quiero ser vulgar, pero era la manera como se movía, una profesional.

Pero me pasaba algo, yo en ese tiempo tenía sexo con esas mujeres y yo después de que tenía el orgasmo yo veía como a esa persona como un bulto de carne, como que me fastidiaba esa persona al lado de mi cama.

Un terapeuta me lo dijo de una manera muy tosca, me decía que yo miraba una mujer como un inodoro, como una necesidad biológica, de una manera confrontada. Entonces yo como que nunca me llegué a enamorar, simplemente era una necesidad biológica de estar con ella y después de tener el orgasmo como que qué pereza, como váyase de acá que no la quiero ver. Con el tiempo aprendí a manejar esta situación, fue complicado.

Recuerdo a Juana Gómez Sánchez, una niña hermosa, muy simpática y que yo en cierta medida le demostraba que me gustaba, pero no había como decírselo. Una vez, teniendo la posibilidad de hablarle así directamente vi el papayazo, estábamos en la reja del colegio. Tuve que expresarle eso por la barrera de una malla, ¿y qué se me ocurría en ese momento? Yo me bloqueaba completamente, yo en ese tiempo fui con las mujeres muy tímido.

Yo generé cierta adicción a los prostíbulos, porque en ese tiempo ni les pagaba, yo era un niño, yo tenía 16 años, entonces para mí la salida más fácil era esa. Sin embargo, llegó el tiempo en que yo quise estabilizarme como..., como más independiente de mi timidez y de mi forma de ver una mujer, tenía que acoplarme.

Después a los 18 años, yo tuve una hospitalización acá, estuve más de un mes en un proceso de desintoxicación. Recuerdo que me remitieron a un Centro de Rehabilitación en Manizales y pasó algo muy bonito: una practicante de enfermería se interesó en mí y yo ya era como más maduro. Yo ya estaba trabajando la perspectiva de la mujer que tenía en ese tiempo, eso de que la veía como un inodoro, como que la utilizaba por una necesidad.

Me volví más expresivo, no la encarreté y, obviamente, juepucha conviviendo con hombres las 24 horas..., llega esa niña haciendo prácticas de enfermería. No se me olvida el nombre, inclusive ya ahora en este momento es médico. No fue un noviazgo porque nunca tuvimos sexo, pero sí tuve una experiencia muy bonita con ella de valorar, de ver otra perspectiva de lo que es una mujer, tuve una relación muy bonita con ella.

“No fue un noviazgo porque nunca tuvimos sexo, pero sí tuve una experiencia muy bonita con ella de valorar, de ver otra perspectiva de lo que es una mujer, tuve una relación muy bonita con ella.”

"¿Le queda claro?"

Esta clínica psiquiátrica se convirtió en mi hogar desde la edad de 16 años, literalmente. Yo entré porque tenía una descompensación, pero pues el psiquiatra trató de omitir, ignorar, ¿no?, como mirar a ver si trataba de controlarme esa descompensación con medicamento, algo a corto plazo. "Vea, tómese estas pastitas, por determinado tiempo", me dijeron. Pero ¿cuál?, no, yo no me tomo eso, eso me pone mal.

Iba muy bien en el colegio gracias a Dios. Yo recuerdo que yo llegaba, estaba en 11, y sobreaguaba en un pupitre, yo no era capaz de hacer nada, yo no modulaba, no tenía raciocinio, no podía explicar algo en el tablero. Cuando me preguntaban "¿Le queda claro?", yo no me atrevía a responder sí o no, porque no entendía ni qué me estaban preguntando, ni qué quedaba claro de qué, fue algo muy complicado.

En mi familia creían que supuestamente era un demonio, porque mi actitud de la noche a la mañana era rara, de estar descalzo, estar así tan en película. También salieron con el chisme de que me habían dado una sobredosis de cacao sabanero, salieron una serie de teorías y de hipótesis. Decían que el consumo mío, mi diagnóstico, ni figura de persona loca era. Inclusive, a mí me hicieron un exorcismo, a mí me exorcizaron.

Entonces, que exorcismos, que vamos a donde una vidente a que le hagan no sé qué, que un vomitivo; pasé por una serie de cosas porque la familia no quería admitir tampoco que yo hubiera heredado de mi mamá la enfermedad. Decían "Pero ¿cómo que le heredó la enfermedad?, ¿cómo el hermano no tiene la misma enfermedad?". Inclusive él tiene un cargo público, él es policía, cómo iba a pasar un psicotécnico para manipular un arma.

Mi adherencia fue pésima, yo no quería tomar ese medicamento, yo decía "papi, es que esta pasta no es como tomarse un Dolex, esto me altera el estado de ánimo, esto va al cerebro, me están manejando la cabeza". Y es que era verdad, porque cuando eso, mi organismo estaba sano de psicoactivos y de medicina psiquiátrica. Al principio se me ponía una mirada súper horrible, una mirada perdida, recuerdo que me sentaba en cierto lugar y agachaba la cabeza, cuando despertaba era un lago de babas y yo decía ¿qué vida la que estoy llevando?, ¿cómo voy a admitir que me contaminen el organismo con algo que tiene tantas contraindicaciones?

Yo investigaba sobre qué contraindicaciones tenía: hipersensibilidad, que quema muchas neuronas, bueno, una serie de cosas que me hacían sacar más la conclusión de que me están contaminando el cuerpo. Yo me visualizaba con el tiempo como los que yo veía en el patio, que están prácticamente de por vida acá y yo decía "Dios mío, yo no quiero esa vida".

Mi papá al principio me daba la razón "Mijo, usted verá si se los toma, usted verá si se los toma, ¿yo cómo lo voy a obligar a tomárselos? Usted como está de grande". Yo no me tomaba el medicamento y estaba bien cierto tiempo desde que estuviera en la casa juicioso, reguladito, con un buen patrón de sueño, una buena alimentación y no consumiendo drogas, estaba bien.

Pero cuando me daba por pegarme un fin de semana así de desorden, de descontrol y empezaba a fumar marihuana, empezaba otra vez como a recaer, no sé el término, como a reincidir otra vez en la sintomatología y otra vez me traían para acá. Hubo un tiempo en que tuve como cuatro hospitalizaciones de 20 días cada una, muy seguida. "¿Otra vez usted por acá?", decían los enfermeros. A mí no me daban de alta porque yo tuviera una

evolución y estuviera apto para estar fuera con medicamentos, sino porque lo que cubría el seguro era 20 días, entonces fue muy complicado. He estado más de 20, cerca de 30 veces en la clínica.

"Ahí viene"

Me marcó mucho cuando yo iba por la carretera, inconsciente de lo que estaba viviendo, y escuchar un murmullo "ahí viene". Todos tiraban la puerta y llegar al celador del colegio también. Fue una discriminación brutal. Yo me sentía super mal de ver niños que me tenían miedo por el comentario que hacían, de que supuestamente me vieron con un palo en la mano, que no sé qué. Yo nunca he sido agresivo, pero sí inspiraba miedo, de pronto por mi textura corporal, de pronto por muchas cosas. Sin embargo, cuando ven que yo estoy ahí y que los padres le dan como ese aval de tener una conexión con ellos de jugar, tengo como esa afinidad con los niños.

Yo dejé de estudiar, me puse a trabajar en la finca donde un vecino por temporadas. A veces como que me aburría en la casa, como que qué harera lo mismo, la monotonía, entonces me iba a trabajar a esas fincas donde ganaba bien. Pero estaba expuesto a mucha cosa, mucha droga, en esas estancias, en esas fincas grandes los llaman popularmente ollas, en el sentido en que la mayoría de los trabajadores que hay son consumidores de SPA y de marihuana, se ve bazuco. Yo en ese tiempo consumía mucha marihuana.

En mi pueblo, se manejaba microtráfico, extorsión, manejaban armamento; entonces, en ese tiempo ellos manejaban varias ollas del pueblo y llegué a tener un arma en las manos. Claro que nunca la llegué a accionar, no tuve problemas judiciales por ese lado, pero sí era un grupo de fin de semana pesado, de hacer un círculo de por ahí unas 14, 15 personas por lo menos fumando marihuana.



A los 18 recuerdo que me remiten para la clínica otro tiempo y ya la familia tiene argumentos para que me dejen un tiempo considerable o que hagan algo por mí porque ingobernable. Ya con más adherencia a las drogas, con una vida súper desordenada, sin rumbo. Me dejaron un mes, duré exactamente 32 días, 12 días después dejándome acá en proceso de desintoxicación y buscándome una remisión para un Centro de Rehabilitación, ahí fue cuando llegó la corporación.

Se volvió un círculo vicioso: de estar en la clínica, desintoxicarme, de estar un tiempo bien en la casa, volver a consumir drogas, recaer, descompensarme, volver a la clínica, fue algo muy repetitivo.

Inclusive los psiquiatras decían "es que aquí no hay nada más que hacer. Se puede decir de una manera muy sencilla: desde que tome el medicamento continuamente, venga a controles, no consuma sustancias psicoactivas tiene una vida normal". Pero yo salía de acá de la clínica y pasaba por ahí un mes que no me tomaba el medicamento, "no, mami, yo no me quiero tomar más eso", no tenía buena adherencia al tratamiento. Empezaba a darme insomnio, a comer mal, porque me iba un fin de semana y llegaba el domingo o lunes a la casa entonces tenía un deterioro físico y volvía a recaer.

"¿Cómo va a ser mi vida?"

Yo tenía unos primos que les llevo yo de siete a diez años, se han preocupado desde muy jóvenes por llevar una calidad de vida buena. A mí me deprimía eso, me deprimía de que yo a la edad que tenía y todavía no tenía una carrera universitaria ni nada y siempre he tenido el énfasis de querer estudiar, de querer valerme por mí mismo. Eso me generaba muchas depresiones, recuerdo llegar a acostarme a dormir y decirle "Dios, qué

“Se volvió un círculo vicioso: de estar en la clínica, desintoxicarme, de estar un tiempo bien en la casa, volver a consumir drogas, recaer, descompensarme, volver a la clínica, fue algo muy repetitivo.”

rico yo acostarme a dormir y nunca jamás volverme a despertar". Nunca pensaba en delirio de suicidarme ni nada, pero ese día sí lo tenía, de perderle sentido a la vida.

Mono, mi perro, me sacaba. Para mí él era el psicólogo porque me latía, que mire, que salgamos, a él le gusta mucho salir de la casa conmigo. Fue bonito porque cosa que no hizo ningún ser humano, lo hizo una mascota, me sacaba como de ese..., me atrevía a salir un poquito de la casa.

Me puse moscas con las hojas de vida a buscar. Recuerdo un aviso que decía "Se solicita personal con experiencia en mesero o portero de discoteca", y yo digo pues esta la oportunidad, vamos a ver, pero yo no sabía ni como..., qué especialidad, qué actividades he hecho, yo muy honestamente decía "recolector de café".

Una vez me llaman y me dicen "¿Usted es el aspirante al trabajo tal y tal?", "Sí, claro", y empecé a trabajar en las ferias. Después también trabajé en un Call Center como temporal. Pero en 2013, no se me olvida, yo estaba trabajando de portero en un evento, y dijeron "tómese un chorrillo", "no, no puedo porque estoy trabajando". Pero empecé a tomar y de un momento "usted está borracho, hermano, ¿cómo se le ocurre?".

Luego me pasaron a manejar máquinas, yo estaba súper bien, me manejaban con una inyección de depósito, para que no tuviera que tomar medicamentos, la pastilla diaria, me aplicaban cada mes la inyección. Debo admitir que tenía problemas con el dinero para manejarlo, no era muy metódico, sin embargo, estaba solo, no entiendo todavía cómo lograba estar sobrio.

A veces salíamos con unos amigos de la Nacional, dos, tres cervecitas, pero no era lo mismo. El domingo sí era sagrado para ir a la eucaristía,



porque me gustaba mucho ir a misa, me gustaba hablar con Dios, me gusta, soy muy espiritual.

Pasados como cuatro meses, saco la conclusión de que solamente estoy como independiente, pero no veo progresos. Tenía la idea de comprarme una moto, pero no tenía ahorros de nada y estaba sacrificando mi salud. Me acostaba a las 12 del día, pero el de la mazamorra, que llegó el testigo de Jehová, que no sé qué, entonces no me dejaban dormir y ya volver a retomar, ya me estaba agotando.

Entonces empecé a pensar "¿Cómo va a ser mi vida?, ¿qué pienso estudiar?". A veces miro que la ESAP es una buena opción, pero no sé qué tan capacitado esté o qué tanto nivel cognitivo, intelectual o qué tengo que, mejor dicho, si me admiten no cumplo, pues, las perspectivas de una universidad como esa.

Yo soy declarado inimputable por un tiempo indefinido. Le pregunté a la juez cuando vino, que cuánto es mi tiempo acá y ella me dice que lo mío es muy complicada por tanta... El alto riesgo de reincidir a las drogas que tengo. Ella tiene acceso al historial de la clínica y se da cuenta que yo tengo múltiples hospitalizaciones.

"¿Qué debo hacer?"

El 14 de enero de 2017, finalizando ferias aquí en Manizales, yo en pésimas condiciones me da por buscar droga en un lugar en donde dicen "aquí entran muchos, pero salen pocos, no todos salen", "ahí desaparecen gente", eso pasa de todo. Recuerdo que vienen dos muchachos de mala calaña y me dicen "socito, vamos a tomar cerveza en lata", yo en el vuelo en el que estoy me voy detrás de ellos.



Llegamos a un ortigal y uno de los vecinos me coge de la espalda, me hace una llave atrás y el otro coge con el mango de una candela con una segueta puntuda y me cegueta me lacera el cuello, el pecho, el brazo y la espalda en 14 oportunidades, me raja la oreja y tengo 14 punzadas de arma blanca.

Ahí es donde yo creo en los milagros. Las heridas fueron letales, salí corriendo, estaba descalzo, estaba a cuatro cuadras del CAI de policía, me hacen los primeros auxilios y, en un tiempo récord, recorro como tres hospitales porque no sé si es que no me querían atender o qué.

Hasta que llego a un hospital, me suturan las heridas y gracias a Dios no quedo con secuelas. Me cuestiono y pienso ¿qué quiere Dios para mi vida? Me doy cuenta de que él no me quiere ver perdido en la droga.

Alguna vez leí la biografía de Nelson Mandela. Él estuvo como 25 años en la cárcel y él decía que nunca se sintió encerrado. Él estaba ahí por velar por los derechos de las personas afro, además se pudo educar, se pudo formar, por eso él, psicológicamente, se sentía libre, es un estado del ser, eso es lo que yo trato de llevarme acá.

Aquí no es tan horrible, no es tan complicado, sino que es que, si usted se mete en la cinta de que está intramuralmente, que está condenado, que es inimputable y le busca los peros que quiera, esto se vuelve un infierno. Pero si le busca la comba al palo no es tan complicado.

Como dice Jeison, "uno acá no se preocupa ni por pagar arriendo ni pagar facturas ni que transporte, ni que vestido. Simplemente preocúpese por organizar su cabeza, sus ideas". Tengo a Mono, a veces le digo "mami, muéstreme a Mono", pero él no entiende, él es un bello.

¿Qué debo de hacer? Estar estudiando, quisiera de pronto la Luis Amigó, también la psicología, pero ya vale como dos millones. Quiero estudiar algo que me guste, algo que tenga un servicio social. Quiero poder viajar a la finca, a mi casa, poder tener a un núcleo familiar bien óptimo, estar en armonía con ellos y tener una vida tranquila y sana.

Hay una frase que se me quedó, muy bonita: uno como ser humano se merece lo mejor de lo mejor en todos los casos, entonces eso... Que el tiempo que tengamos acá en esta clínica no sea en vano.

“Alguna vez leí la biografía de Nelson Mandela. Él estuvo como 25 años en la cárcel y él decía que nunca se sintió encerrado (...) él se sentía libre, es un estado del ser, eso es lo que yo trato de llevarme acá.”





"UNO NO NACIÓ APRENDIDO, CADA DÍA QUE NOS LEVANTAMOS APRENDEMOS ALGO"

Tengo 24 años, me identifico como un hombre, nací en Bucaramanga, Santander, y actualmente vivo con mis papás, mi hermana y mis mascotas Sacha y Gordo Lindo. Me gusta el equipo Bucaramanga, me gusta jugar fútbol y entreno disco y bala.

Somos cuatro hermanos: la mayor vive sola, tiene 24 años y cumple el mismo mes que yo, en mayo. Ella tiene un hijo, tiene como uno o dos años, es chiquitico. La siguiente vive con mis papás y tiene 15 años; y la chiquitica vive con mi nona y tiene 12 años. Mi nona vive en el barrio Nápoles.

Mi papá tiene creo que 40 años, no sé, trabaja como moto taxi y a veces hace domicilios en el parque. Yo me parezco más a mi papá en la cara y en el caminado. ¿Y el genio? Eso sí no sé, yo soy más bien relajado, a ratos me relajo mucho y no hago nada. Mi papá nunca les pegaba a mis hermanas, pero a mí sí, cuando no tenía las chancletas nos pisaba, nos pegaba patadas por no hacer caso.

Él también le pegaba a mi mamá, yo me ponía bravo, y una vez cogí un cuchillo y lo encaré. Yo le dije que no le pegara más y nos empezamos a hablar feo. Después de eso ya mejoró y yo también, ya como estoy grande, ya no le pega tanto.

Mi mamá creo que tiene como 50, o va a cumplir 50. Es la más regañona, nos pegaba a mi hermana y a mí por no hacer caso. Ella trabaja en una chaza en el parque, vende dulces, papas y eso. Ella trabaja desde las 8:00 de la mañana y termina a las 7:30 p.m. más o menos. Es duro, pero es lo único que hay.

Yo de pequeño vivía en el barrio Nápoles, vivíamos acosados en una habitación de una casa grande muchas habitaciones, creo que eso se llama una pensión.

Yo me iba a dormir donde mi nona, ella me colocaba una colchoneta.

A mi mamá le toco salirse de allá porque ahora es un barrio caliente. Yo me la pasaba allá con la gente. Ellos pensaban que yo estaba consumiendo, pero no probé nada porque yo estaba entrenando, solo pensaba en entrenar. En el barrio tuve como tres peleas, porque me molestaban, me empujaban, me insultaban y eso me daba mucha rabia y me tocaba pegarles.

Yo soy el consentido de la casa, mi nona me quiere mucho. Apenas yo llego a la casa me dice "mijito ¿qué quiere, quiere aguapanelita?". Para mi papá es más consentida la chiquita. Mi mamá también me consiente.

Cuando yo era pequeño, me cuentan que yo era malo. En el colegio, yo me iba para el patio de los pequeños, les quitaba la comida a los niños y me devolvía al de los grandes, ahí me escondía a comer. Estudiaba en la jornada de la tarde con mi hermana mayor. Mi materia favorita era las Matemáticas, porque no tocaba leer. No me gusta leer, no me gustaba español porque hacían dictados.

Yo estaba muy grande, tenía ocho años porque perdía el año y solo terminé primero. Allá no me quisieron recibir más porque me quedaba dormido en las clases y no rendía. Dijeron que me colocaran en otro colegio que era para mudos, pero allá no me recibieron. Me mandaron al Instituto de Educación para personas con discapacidad. Allá me porté más juicioso.

"Con los niños del barrio yo no me sentía diferente"

De pequeño tenía bastantes juguetes. Un carro a control remoto, salía a jugar bobis, el escondite, ladrones y policías, tin tin corre corre. Me llevaba mejor con los niños del barrio y con las peladas también jugaba. Mi mamá solo me dejaba salir a mí, a mis hermanas no.



Con los niños del barrio yo no me sentía diferente, yo no decía dónde estudiaba y cuando iba en la buseta del Instituto, yo les decía que me dejaran lejos. Cuando me recogían me quitaba la camiseta. Si decía dónde estudiaba ahí si empezaban a joder y yo me colocaba bravo. Cuando me preguntaban dónde estudiaba yo les decía que en el colegio porque me daba pena.

En el Instituto me hicieron una prueba para saber si tenía discapacidad, tenía ocho años, allá dijeron que sí. Yo me quedé callado, pero cuando mi mamá me dejó solo me puse a llorar, pensaba que me iban a dejar allá. El Instituto es muy bonito, me hicieron terapias y aprendí muchas cosas.

Al principio fue difícil, pero aprendí a leer, no leo así rápido pero leo; hacíamos manualidades, educación física era lo que más me gustaba, iera imparable! Yo era muy callado, me decían que hablara que no pasaba nada. Poco a poco fui perdiendo la pena. Allá conocí a Sebastián, Luis, Sara y Laura. En el Instituto todo era más despacio a diferencia del colegio que todo era más rápido.

Con los profesores me llevaba bien, me ayudaban mucho, allá estudiaba en la mañana y en la tarde salía a la calle a seguir jugando. Me cambiaron de programa con el bienestar y ahí me tocaba estudiar de 8:00 de la mañana a 4:00 de la tarde y ahí no me quedaba tanto tiempo. Allá me daban el almuerzo y era rico.

Cuando estaba chiquito, un tío me preguntaba que quería ser cuando fuera grande, yo le respondía que barrendero porque mi papá trabajaba en la basura. Yo quería ser como mi papá porque estaba cuidando el planeta. Ahorita ya no quiero eso, quiero ser profesor de educación física, yo entreno a los chicos del Instituto en baloncesto. Practico disco y bala desde que estudiaba en el Instituto. Primero yo corría con la profesora Carmenza, ella me vio y me dijo que tenía buen brazo.

“En el Instituto me hicieron una prueba para saber si tenía discapacidad, tenía ocho años, allá dijeron que sí. Yo me quedé callado, pero cuando mi mamá me dejó solo me puse a llorar, pensaba que me iban a dejar allá.”

Ella me dijo que entrenara con Roberto. Él sabe mucho y empecé a entrenar con él. En el Instituto conocí a mi madrina, ella me ayudaba mucho, es terapeuta, aún seguimos hablando. Un día la llevé a mi casa a mis cumpleaños, me decía que cualquier cosa que necesitara la buscara.

"(...) a los 16 empecé a elegir yo"

Mi mamá no me dejaba ir a las citas solo porque me podía perder. Una vez me perdí en el coliseo, esa vez me llevaron hasta el CAI y ellos empezaron a llamar. Mi madrina me dijo que de ahora en adelante iba a ir solo al Instituto. Mi mamá esa vez se puso súper asustada, me anotaron el nombre del bus, pero me venían siguiendo. Bueno, yo sentía que me venían siguiendo, y ahora me sé el nombre de todos los buses y si no conozco, empiezo a preguntar, ¡ya me camino toda la ciudad solo!

En la adolescencia me la pasaba mucho en la calle con mis amigos, en ese tiempo tenía muchos amigos. Mis papás no me decían nada por estar en la calle, llegaba súper sucio por andar jugando. Una vez me hicieron seguimiento, la trabajadora social me encontró en la calle descalzo y sucio. Al otro día fue y me encontró en la calle, pero ya con zapatos. Yo me la pasaba descalzo para correr. Como ellos avisaban cuando era la visita, yo ya estaba pendiente de que no me encontraran sucio.

Mi mamá me mandaba a peluquear, me gustaba el corte, pero no me dejaba elegir el que yo quería. Cuando era pequeño me hacía el hongo y después como un soldado, bajitico, yo no le decía nada. Ella escogía la ropa y yo me vestía. Como a los 16 empecé a elegir yo.

Antes no sabía cocinar, ahora sé cocinar porque mi madrina me enseñó. Sé cocinar arroz, pasta, pollo, antes me quedaba el arroz quemado, pero ya no. Mi mamá no sabe que yo sé cocinar, solo cuando me quedo solo yo cocino.





Ahorita ya me la paso en el celular chateando y jugando Free Fire. También me gusta ver películas de acción, me gustan películas como Terminator y Rápido y furioso hasta la 8. Casi no me gustaba escuchar música, pero escuchaba reggaetón y cumbias cuando me quedaba solo en la casa. Cuando casi no había para comer, mi papá empezó a trabajar en moto taxi, y no le iba muy bien. Yo pensaba en cómo ayudar, pero no se puede porque yo tampoco tenía cómo. Yo pensaba en cómo trabajar rápido.

Recuerdo que yo también viajaba, cuando estaba más chiquito conocí el mar, lo recuerdo bonito. Cuando voy al río, donde mi tía, cruzo el río solito, en el Instituto me enseñaron a nadar.

Cuando me hice los piercings me regañaron, sobre todo con el primero, el de la oreja, mi papá le dijo a mi mamá "Mire, ya tenemos las cuatro mujeres". Tengo varios piercings, algunos me los he dejado cerrar, ahorita me quiero hacer el tatuaje en el brazo con el nombre de mi prima. Ella ahorita está en el cielo, hace un año, por un accidente de tránsito, tenía 26. Ella me ayudaba mucho, yo tenía rifas y ella me ayudaba a vender. Yo tenía una competencia y me compraba la camisa. En el día de los niños ella hacía todo, hasta la fiesta. Yo digo que Dios la llamó, se llamaba Camila.

Yo tuve novia, la conocí en el colegio, yo no sé cuántos años tenía porque me decía que tenía 21, pero pregunté y me dijeron que tenía más. Un día que yo la llevé a la casa, tenía que hacer una vuelta por ahí cerca, le cogió la tarde y le toco quedarse. Le dije "mire mamá, mire mi novia". Le pregunté a mi mamá que si se podía quedar y ella dijo que sí. Mi novia trabajaba en una veterinaria, pero se quedó sin trabajo entonces le dije que podía quedarse allá. Estuvimos viviendo juntos, en la casa. Ella le pagaba a mi mamá para poderse quedar allá, eso fue este año.

Terminamos porque ella no me dejaba hablar por el celular. Un día me fui al Instituto, pero me decía que no tenía que irme para allá porque yo ya había salido. Ella llamó al Instituto y habló con la coordinadora, que por qué me obligaban a ir. La coordinadora dijo que no, entonces yo le dije que ya no más. Ella me dijo que se quería matar y me quitó el celular y toco llamar a la policía. Me acusó de ladrón una vez, porque ella me prestó una plata. Al final logré pagarle la plata.

Después tuve otra novia. Ella no era tan celosa, también la conocí en el colegio, los papás de ella me invitaron a almorzar. Después, tuve otra novia. A mí de ella me gustaba mucho la carita. Nos conocimos jugando a la botellita en el barrio. En ese momento tenía como 14 o 16. Con ella nos dimos el primer beso y me gustó. Yo le dije que si quería ser mi novia y me dijo que sí. Duramos como 2 meses. Una vez me dijo que no quería estar conmigo, entonces yo le dije "Ah bueno" y ya.

"Tengo buenos amigos, yo me sé ganar la gente"

Ahorita se me hace un poquito difícil hacer amigos porque me da pena. Más con mujeres, después que se me quita la pena soy capaz de hablarles, considero que tengo varios amigos.

Yo he cambiado mucho, llego de trabajar y listo, me quedo en la casa. Ya no me quedo en la calle. Empecé hoy a trabajar en construcción, estoy aprendiendo. Es pesadísimo el trabajo, toca al sol, picar la loza. Este trabajo mi mami me ayudó a conseguirlo, yo soy el ayudante de obra. Con lo que me paguen voy a ahorrar, tengo pensado comprar una cicla y unas cosas que necesito para empezar entrenamiento. Si tuviera un trabajo fijo me compraría una moto, una 115 y no una cicla. Cuando mis amigos me invitan a salir salimos a jugar baloncesto y fútbol. Cuando me queda tiempo libre del trabajo me gusta estar en el celular, jugar Free Fire. Ya no me gusta estar sucio en la calle ni descalzo,

He cambiado mucho, llego de trabajar y listo, me quedo en la casa. Ya no me quedo en la calle. Empecé hoy a trabajar en construcción, estoy aprendiendo. Es pesadísimo el trabajo, toca al sol, picar la loza.

me gusta salir bien vestido. Ahorita tengo más cosas por las que respondo: el entrenamiento, el trabajo, ir a la casa. Ahora soy más maduro.

Voy a empezar a estudiar, mi madrina me va a pagar el estudio para terminar el colegio. Aunque ahorita se le perdió el número del contacto que me iba a ayudar a entrar al colegio, estamos buscándolo. Ahora me está buscando un trabajo en una bodega, me falta conseguir el certificado de discapacidad y ya, con eso me contratan. ¡Ya con un trabajo fijo podría comprarme dos motos!

Por la pandemia los entrenamientos tocaron casi todo virtual, estudiábamos solamente técnica, nos colocaban a hacer abdominales, sentadillas, flexiones. Me tocaba quedarme en la casa aburrido, no me gustaba que el celular se me descargara.

En la casa con mi nona jugábamos parkés en las tardes, porque nos tocaba encerrados, y ahí fui aprendiendo a jugar, porque uno no nació aprendiendo, cada día que nos levantamos aprendemos algo.

Un día fui a una marcha de estos días, pero fue pesado, ese gas es muy pesado, el encuentro fue en el parque San Pío y el recorrido fue bajar por la Puerta del Sol y como no nos dejaron bajar nos echaron gases y al otro día todavía sentía el olor. Ese día me pareció chévere porque todos cantábamos.

Ahora me llevo bien con todos. Yo les ayudo con mis hermanas, no peleo, yo las quiero mucho a todas y a mi sobrino también. Yo las cuido, a mí me gusta conocer el hombre que esté con ellas, que no les vayan a hacer daño. Con mis padres ya no peleo tanto ni me pegan, han mejorado las cosas. Tengo buenos amigos, yo me sé ganar la gente.

Ahorita no tengo novia, pero me gustaría tener una relación. Me gustaría una relación bonita que nos queramos mucho, que no sea tóxica, porque ya me pasó y no. Que nos contemos todo.

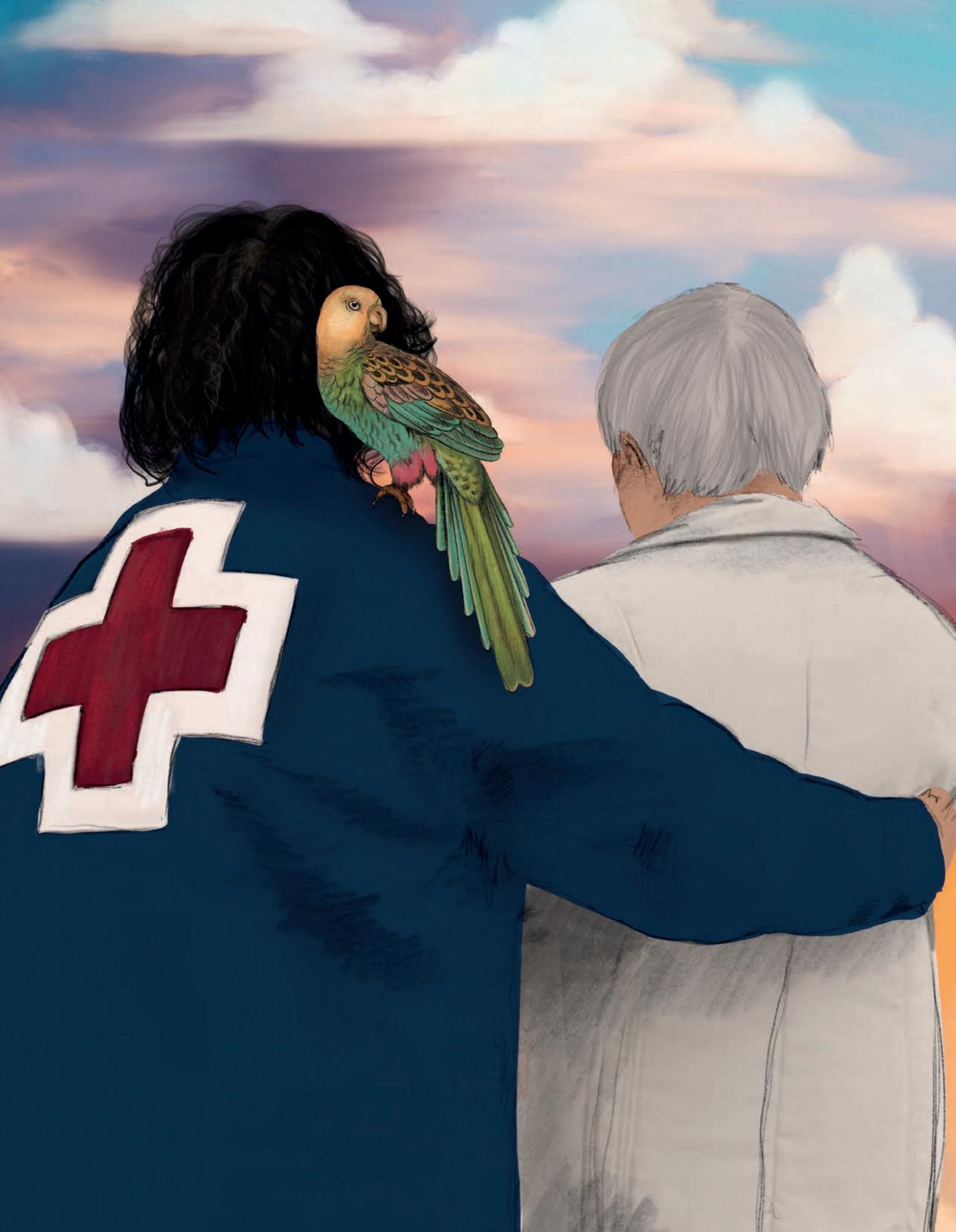
La relación con mi pareja me gustaría que fuera diferente a la que tienen mis papás. Me gustaría que yo tuviese un buen trabajo, que yo tuviese mi casa.

Me gustaría tener hijos, la pareja o lo que Dios quiera. Me gustaría más niñas. Me gustaría tener la relación con mis hijos como la que tiene mi hermana la mayor con su hijo. Yo consentiría mucho a mi hija, le daría todo lo que ella quisiera. Bueno, no todo porque después se me amaña mucho.

Me gustaría conseguir un empleo fijo, que lo saquen a uno viejito. Me gustaría viajar a Estados Unidos, allá uno aprende inglés, y me gustaría trabajar en una empresa bien grande. Quiero conseguir un trabajo de deporte como entrenador.

👉 La relación con mi pareja me gustaría que fuera diferente a la que tienen mis papás (...) Me gustaría tener hijos, la pareja o lo que Dios quiera. 👉





"YO NO SÉ CÓMO APRENDÍ A HABLAR, PERO YA SOY UNA COTORRA"

Hace como 12 años conocí a unos judíos ortodoxos, ellos siempre tienen la costumbre de poner nombres bíblicos. Ellos me pusieron uno a mí y con ese nombre quedé entre mis amigos. Tengo 45 años y vivo en Manizales.

Nunca se me va a olvidar que, de la familia de parte de mi papá, a todos mis primos nos mandaban para la finca del abuelo a pasar las vacaciones. Nosotros ya sabíamos que llegaban las vacaciones, estaban cerca y nos mandaban para allá, eso era una recocha. Nos dejaban hacer lo que quisiéramos, si nos caíamos, nos raspábamos, nos dejaban.

Nosotros vivíamos por acá cerca en un apartamento, pero nos tocó pasarnos para esta casa porque la familia empezó a crecer y uno de mis hermanos se casó y entonces eso era un batallón. No había por donde caminar en el apartamento, mejor dicho, para pasar para el apartamento primero había que darles paso a los perros, entonces la pasada acá a la casa fue un alivio.

Mis abuelos maternos vivían en San Jorge y ahí hay un barrio, creo que se llama Fanny González, ahí siempre se veía un derrumbe y siempre cerraban las calles. Me acuerdo que siempre venían los de la Cruz Roja y a mí me llamó mucho la atención eso... Yo tuve problemas de aprendizaje y por ese problema de aprendizaje también aprendí a hablar muy tarde, yo no sé cómo aprendí a hablar, pero ya soy una cotorra.

Como desde los ocho hasta los 11 años y después desde los 15 hasta los 17 años viví en el extranjero por el trabajo de mi papá en una universidad que queda en Honduras. Era al aire libre y esos eran mis momentos felices. ¡Me tocaba pegar unos madrugones!, porque los de la secundaria allá en Honduras empiezan a las 7:00 y primaria a las 7:30, ¿por qué? Por el calor, ¡es impresionante!

Allá hay muchas sequías y salen muy temprano y todo, secundaria a la 1:30 y primaria a las 2:00. Esos fueron mis momentos felices, porque el campus era al aire libre y a cada profesor de cada familia le daban vivienda, o sea que también los estudiantes vivían ahí internos, eran estudiantes de toda América Latina, la mayoría llegaban becados.

En Honduras lo que hacía era montar en bicicleta, comer mango maduro e ir a las integraciones de los estudiantes. En las integraciones que nos hacían a los hijos de los docentes, me acuerdo que tenía el mismo campus y era piscina los fines de semana. Fue una infancia toda loca, estaba feliz y cuando eso, casi ni veíamos televisión.

Allá la gente es más tranquila, no contestan a las patadas, no son malgeniados, no es como acá que son: "¡Vea, vea!". Cuando llegué a Colombia, lo peor fue ese shock cultural que fue horrible porque ahí comenzó el bullying, mejor dicho... Yo siempre he sido tranquila, inquieta sí, pero no tan allá. Mientras que los de acá, unos alborotadores, indisciplinados y no, eso fue muy duro, mejor dicho.

"Fue un alivio el cambio de colegio"

Me hacían bullying todos los días, los docentes no hacían nada, la psicóloga iba a hablar con el curso y nada. Yo no quería volver a ese colegio jamás y tampoco quería saber nada. ¡Yo no quería volver! Tenía como 11 años, eso fue horrible, una pesadilla. Ahí comenzaron los problemas psicológicos, mejor dicho, desde ahí estuve en psicología y en psiquiatría, hasta que me cambiaron de colegio.

¡Me hacían unas cosas tan horribles! Me tiraban el basurero en la cabeza con basura; me hacían zancadillas cuando iba a sacar las cosas del casillero para cambio de clase, me pegaban en la mano porque no me dejaba ni siquiera meter la llave al candado; me tiraban el balón, cualquier balón en la cabeza, mejor dicho, eso fue horrible.

👉 **Me hacían bullying todos los días, los docentes no hacían nada, la psicóloga iba a hablar con el curso y nada. Yo no quería volver a ese colegio jamás y tampoco quería saber nada. ¡Yo no quería volver! Tenía como 11 años, eso fue horrible, una pesadilla.** 👉

Lo mejor que pueden hacer los papás cuando ven que a un muchacho le están haciendo bullying: cambio de colegio de inmediato. Si no me hubieran sacado, mejor dicho, ¡hubiera enloquecido del totazo! Eso no se lo deseo a nadie.

Yo estuve en psicología y en psiquiatría a raíz de ese bullying tan horrible. Si no hubiera sido por esa psicoterapia y psiquiatría, mejor dicho, ¡dónde hubiera estado en este momento!, muerta. Yo había pensado mucho en el suicidio por ese bullying tan horrible. Fue un alivio el cambio de colegio.

"Yo no sabía que eso tenía que suceder, pero sucedió"

Estaba en el colegio y me acuerdo que estaba en la clase de educación física y en pantaloneta blanca... O sea, ¡qué pesadilla! Me empezaron a molestar. "Una mancha roja, que una mancha roja y que una mancha roja", pero ¿qué mancha roja? Yo pensé que era otra cosa, pero cuando me voy mirando... Yo, ¡juepucha! Yo pensé que era de pronto sudor..., qué sudor, ni qué nada, ¡era mi primera menstruación! Me puse a llorar y me fui a donde la psicóloga, ya no tenía nada más que hacer, estaba muy nerviosa, yo era muy nerviosa.

Tuve unos cambios hormonales muy bruscos porque me empezaron a doler mucho los senos, eso fue muy horrible, muy doloroso, eso duró muchos años hasta que ya dejaron de dolerme. Fue como desde los 11 a los 13 más o menos. Pero a mí lo que más me llamó la atención era por qué me crecían vellos, yo sí me preguntaba mucho... Yo no sabía que eso tenía que suceder, pero sucedió.

Eso fue una época muy difícil porque me acuerdo que yo estuve esos años también en psiquiatría y eso fue porque yo no sabía manejar emociones. Por medio de esas dos, por psicoterapia y por psiquiatría, pude salir adelante hasta que me



dijeron "No, ya usted no tiene nada que hacer acá, a usted ya le damos de alta"; y en psiquiatría, "¡ah!, no, lo suyo le damos de alta porque lo suyo no es nada psiquiátrico, sino de neurología, lo suyo es epilepsia" y yo: "¡Qué!, ¿qué?, ¿cómo?".

Eso fue una lucha en la clínica, los pacientes que están ahí internados, a la mayoría de los pacientes que están ahí, no les están haciendo los exámenes que son antes del diagnóstico. Como fue en mi caso, que llegué a psiquiatría con un diagnóstico erróneo y resulté con un problema que era epilepsia.

Es que me habían diagnosticado esquizofrenia y muchas veces, si al paciente le hacen los exámenes que no son, también puede ser epilepsia o puede ser un trastorno de ansiedad o de bipolaridad.

"Yo quería aprender como algo nuevo"

A mí me gustaba la historia del arte, religión, educación física. Pero fui un desastre para la Química, Español, Física y Matemáticas, nunca me entró. Cuando en esa época uno pasaba, uno arrastraba esas materias por la ley del siete.

Siempre me ha llamado la atención el aprendizaje de idiomas, siempre, desde chiquita. Yo quería aprender como algo nuevo y allá en la alianza se aprende o se aprende con esta metodología, prohibido español dentro del establecimiento. Aunque uno se equivoque, pero lo que esté diciendo en francés.

Después vino la música. Eso es de parte de la familia de mi papá. ¡Inclusive yo tuve tías abuelas que cantaban juntas! Desde los 23 hasta los 25 pertenecí al grupo de taller de ópera de la Universidad de Caldas. Pero antes de pasar al taller de ópera yo estuve en clases de canto y organeta. Esas clases fueron muy chéveres porque son grupos muy pequeños, casi de diez estudiantes por curso. Yo era la única con tipo de voz soprano y los otros,

como hacían los ejercicios mal, les tocaba repetir varias veces y yo calladita hasta que me tocara.

Cuando hice la audición a ver si pasaba al taller de ópera de la Universidad de Caldas..., eso me acuerdo que me tocó ir a bellas artes, ¡juepucha!, nunca se me va a olvidar que... Bueno, subí como si nada, pero cuando empecé a bajar se me salió el gallito y yo "¡Ay!, perdón".

Mi primer concierto en el taller de ópera me acuerdo que..., ¡ay juepucha...! Todos empezamos a decir "¡Ayyyy!". ¡Esos focos eran muy fuertes y para rematar los micrófonos estaban ahí colgados! Cuando se acaba el concierto, regaño para todos, el director: "Eso no se hace muchachos, eso hasta se escuchó, el público lo escuchó y eso nunca se hace cuando uno está en un concierto porque todo se ve", nosotros disimulando...

"Fue una decisión muy difícil porque yo no quería sacarme el útero, yo quería tener hijos"

Hubo una cosa que fue muy difícil para mi cuerpo: cuando empezaron los dolores de columna y me empecé a revisar y revisar. En las citologías salía displasia, célula con displasia y nunca me pusieron atención y ni siquiera esos médicos llevándole los resultados de la citología. Entonces fui desarrollando células cancerosas, me tocó aguantarme como siete años porque, para rematar, me daba mucha cistitis, ¡unos cólicos!, mejor dicho, que ¡hágame el favor!

Me cambié de EPS y al fin di con un ginecólogo, me hicieron dos exámenes. Uno salió bien, el otro mostró el virus del papiloma humano por entrar a los baños públicos. Entonces me hicieron una cirugía a los 35 años y a los tres años me hicieron la cirugía mayor... La histerectomía. Fue un remedio que me sacaran el útero, desapareció la cistitis. Es que casi me voy de espaldas cuando me dieron los resultados de la biopsia, decía que estaba desarrollando células pre-cancerosas en el útero.

Fue una decisión muy difícil porque yo no quería sacarme el útero, yo quería tener hijos, ahí el único hijo es mi perrito Tim... Pero esa vez confié en la palabra del ginecólogo-oncólogo. Mi mamá me había dicho también y ya me lo había dicho por historia clínica familiar, que todas somos operadas del útero, somos cocas.

"Hace tiempo que no canto"

Me tocó retirarme lastimosamente porque yo iba a muchos turnos de la Cruz Roja los sábados y los ensayos eran los sábados y ya me estaban colocando problema en la Cruz Roja: que qué me pasaba, que por qué no había vuelto a colaborar. Entonces yo "¡Ay, juepucha!", ahí no me tocó de otra que retirarme del taller de ópera para seguir con la Cruz Roja. Allá sí he aprendido cositas de manejo de personas, que eso no es fácil y mucho menos con personas nuevas.

El terremoto del eje cafetero fue muy duro para mí, fue como en el 98. Yo estaba iniciando en la Cruz Roja porque yo me certifiqué, para mí eso fue un shock psicológico. Nunca, nunca se me va a quitar la imagen cuando la Cruz Roja estaba en la avenida Santander y llegaban jóvenes menores de 25 años con puros muchachitos, menores de ocho años en brazos. Yo quedé "¡Ay, qué es esto tan horrible!".

Ese día me pusieron a llenar encuestas, en ese momento yo me puse mal, los compañeros se dieron cuenta y me mandaron para almacén, en el almacén estaba..., yo estaba escogiendo la ropa buena de la mala. Fue muy impresionante ver tantos jóvenes que llegaban del Quindío con un montón de niños, podían ser hasta cinco niños chiquiticos y no pasaban de los ocho años. Yo nunca había vivido una cosa de esas.

Ahora me da mucha angustia no poderme reunir con mis compañeros de la Cruz Roja porque siempre los mismos vamos a los mismos servicios.

Fue una decisión muy difícil porque yo no quería sacarme el útero, yo quería tener hijos, ahí el único hijo es mi perrito Tim... Pero esa vez confié en la palabra del ginecólogo-oncólogo.

Los extraño mucho y como yo siempre..., la mayoría de las veces, siempre soy la única mujer, entonces muchas veces se ponen de coquetos y me toca regañarlos, sí, porque se salen de los protocolos...

Se les atraviesan mujeres muy bonitas en pleno servicio y le dicen "¡Ay, mamacita!", y yo "¡Oiga, estamos en servicio, respete!" y se quedaban callados. A un compañero casi lo hago sacar porque se ponía a estudiar en pleno servicio y eso no se hace, un servicio es un servicio y hay que estar pendiente de que no vaya a pasar nada en medio de la multitud y entre los mismos compañeros.

Me tocaba decirle, y él: "Eso no es nada", eso fue en una asamblea que tuve de socorrismo, yo le dije "Ah, bueno, no es nada, entonces vamos a hablar con el jefe si no es nada", me conocieron más de uno brava.

Yo tuve un novio, pero solamente duré con él tres meses. Él era muy descarado, solamente quería que yo lo buscara, que yo lo llamara y él nada. Fuera de eso, yo tuve personas que lo conocían desde chiquito, me decían: "El tipo es así, así y asá" y no, mejor dicho, hasta ahí llegó, lo eché. Tenía como 21.

Acá en la Cruz Roja aprendí a expresarme; en las terapias de psicología no tanto, pero en la Cruz Roja fue donde me despertaron, porque yo era calladita, tímida, no hablaba. Ahora soy una cotorra voy mandando y mandando la gente, aunque no les guste.

Lo más importante para mí ahora es mi familia y cuidarme mucho de ese COVID por el asma. Desde que empezó esta pandemia, en la Cruz Roja me dijeron "¡Cúidese, no puede salir! ¡Enciérrese!". Me dio de todo porque yo acostumbrada a ver a mis compañeros mensualmente y no, siempre me están haciendo falta. También por no reunirme con una tía favorita por acá cerca, pero ¿qué se va a hacer?

Puedo estar más tiempo con mi mamá aquí en la casa y de vez en cuando me puedo encontrar con mi mejor amiga por teléfono. También tengo una amiga que conocí en el servicio al cliente, allá en la clínica. Éramos las únicas mujeres jóvenes adultas, entonces empezamos a hablar y nos caemos muy bien.

“La salud mental es muy importante para poder aprender a tomar decisiones y seguir adelante”

Hace cinco años pertenezco a la asociación de usuarios de la única clínica psiquiátrica de la ciudad de Manizales. Llegué por medio de una compañera de la Cruz Roja, porque yo siempre trabajo con las señoras del socorrismo de la edad dorada. ¡Ya son señoras que ya tienen su experiencia! Muy poquitos los jóvenes que les gusta trabajar con ellas, entonces como yo tengo muy buena comunicación con las señoras...

Le pregunté a las señoras “Vea, yo estoy interesada en entrar a un grupo como de apoyo que sea de salud mental para uno intentar mejorar las personas”, cuando me va diciendo una de ellas “Yo pertenezco a la asociación de usuarios de la clínica psiquiátrica, si quiere asiste que no reunimos una vez al mes”, ahí se me presentó la oportunidad de entrar.

La salud mental es muy importante para poder aprender a tomar decisiones y seguir adelante. Por ejemplo, a mí me dieron de alta, pero hace muchos años porque yo también estuve allá, estuve en terapia ocupacional un año. De allá también me despacharon “usted ya está bien, ya no necesita venir acá”, me la pasaba jugando en terapia ocupacional.

Yo sería feliz estudiando una carrera de la salud para meterme más con el trabajo comunitario. Yo he tenido experiencias muy bonitas, más que todo con las personas de la tercera edad, uno puede hablar con ellos e intercambiar. Con niños no tanto, en mi caso ha sido más que todo con adultos mayores.

Ojalá que pudiera seguir estudiando porque me presenté una vez para estudiar tecnología en salud ocupacional en el Sena, pero no pasé el examen, porque el Sena también presta, por ejemplo, el colegio del Inem presta los salones al Sena y allá iba a estudiar salud ocupacional y por esta pandemia, nada, encerrada.

Mi sueño de siempre es que me pongan en el puesto de enfermería, ese es un rol ya más duro, más duro porque ya es de mucha responsabilidad.



La salud mental es muy importante para poder aprender a tomar decisiones y seguir adelante (...) Yo sería feliz estudiando una carrera de la salud para meterme más con el trabajo comunitario.



"ME HACE FELIZ ESTAR FELIZ"

Antes era traviesa, me gustaba hacer bromas porque uno se ríe y así. Me gustaba jugar a las muñecas, esas que son las populares. Yo jugaba con mis primos al fútbol pateando el balón y me gusta el Barcelona, Real Madrid, Junior y Colombia. Ya cuando crecí dejé de jugar muñecas, aunque yo las colecciono, mi mamá las trae de Bogotá. Felizmente ganaba medallas en lanzamiento de pelota y correr, atletismo.

Soy mujer y nací en Barranquilla el 19 de diciembre de 1992. Tengo 28 años. Antes vivía en la casa de mi abuela, no recuerdo el nombre del barrio. Eso fue una semana que mi mamá viajó, estuve en la casa de mi abuela hasta que me quise regresar a mi casa. En esa casa vivían mi tía, mis primos y mi tío.

Allí pasaba ayudando a mi abuela. Ayudándola porque todo estaba difícil. Le ayudaba a poner los platos en las mesas, los cuchillos, los pinchos, las cucharas.

Hace dos años que me mudé con mi mamá, con mi papá y con mi hermano Manuel, que es mayor que yo, tiene 29 años. Él trabaja en una empresa de computadores y estudia ingeniería y arregla los computadores. La novia de mi hermano, Amparo, es amable, me respeta y pregunta por mi compañero.

Mi papá se llama Manuel también, él tiene un negocio de autos. A mi papá le gusta más el negocio de autos, pero también el de música. Él me enseñó también a cantar, me dice que yo grabe un CD, me ha enseñado cosas. Es un poquito amargado, pero así lo quiero mucho. Yo he salido en televisión y también tenía el sueño de ser una cantante famosa.

Hay muchas canciones. Me gusta la canción de Selena, la que dice: "Como la flor, tanto amor, me diste tú, se marchitó" y todas las canciones de Patito feo.

Mi mamá es costurera, me hace la ropa y hasta los disfraces de cumbia, de marimonda, de negrita puloy y de todas partes. Me gustan los disfraces. Mi mamá me ha enseñado cómo bailar, me ayuda a coser, aprendo a coser, me divierte, es amable, pero a veces... Es un poquito rabiosa y le molesta mucho la cocina.

Mi mamá siempre me ha contado que cuando yo era pequeña, cuando era una bebé, pesaba más. Luego, cuando yo cumplí 12, después crecí y crecí y me levantaba y arreglaba la cama, tenía bastantes amiguitos, tenía primos, primas, todos. Mis primas me visitaban a cada rato y cada día, mis primas, mis vecinos, todos en ese tiempo, pero ya se mudaron. Tenía amigos, uno era Daniel y un amigo mío de infancia de cuando era pequeña, y ellos eran chiquiticos, ahora crecieron, hasta tienen autos y ya se casaron cada uno.

Hace ocho semanas me sentía triste porque perdí una tía mía, Luci, mi tía Luci, hermana de mi mamá. Mi tía, la que murió yo la quería mucho, tenía dos hijos: mi primo y mi prima están allá en Medellín... Me sentía como triste, llorando, mi mamá estaba llorando, perdió a la hermana que más quería.

“Mi cuerpo estaba creciendo, sentía que cuando yo cumplía años, mi cuerpo iba cambiando”

Cuando cumplí 15 años, lo que más me gustaba eran “los 15 años”. A mí me hicieron uno, tenía puesta una blusita dorada y un pantalón negro. Fue en la casa de mi abuela. La casa tenía una espuma de colores moradas con rosado y unos globos. El pudín era como blanco, sabor de vainilla y sonaba reggaetón y música de 15 años

Los invitados fueron: Carlos, Felipe, Xiomara, toda mi familia, mis primos, mis primas, mis amigos, todos. Estaba feliz por pasarlo con toda la familia y los amigos. Cantaron esto de 15 años primaveras y me dieron regalos.

“Mi mamá es costurera, me hace la ropa y hasta los disfraces de cumbia, de marimonda, de negrita puloy y de todas partes. Me gustan los disfraces. Mi mamá me ha enseñado cómo bailar, me ayuda a coser, aprendo a coser, me divierte.”

Mi cuerpo estaba creciendo, sentía que cuando yo cumplía años, mi cuerpo iba cambiando, sentía un poquito más de vergüenza, me ponía un poco roja. Por eso hablo no más con mi mamá de eso, porque a veces también la veo con carita de nerviosa. He sentido ganas de dar un beso, y sí, he sentido ganas de hacerlo, pero nada más que mi corazón me anda latiendo. Me da como nervios todavía.

Estudí en un colegio hasta el 2017, porque mi abuela falleció y ella misma me buscaba en ese colegio. Entonces mi tío me buscó otro colegio y es donde estoy ahora, donde la señora Aurora, en un Centro de Educación Especial. Allí soy alegre, aprendí bien las tareas, ayudaba a los demás compañeros y compañeras.

La profesora que yo tenía me enseñó a escribir, me enseñó muchas cosas, se llamaba Natalia. Ella nos ayudó en todo, es amable, linda, nos quiere mucho. Ella me quiere mucho, le digo que puedo ayudar a los compañeros que me necesitan.

"(..) somos amigos y amigas, todos nos respetamos"

Me gusta ayudar a los que tienen dificultad de movimientos de la mano como mi amiga Lina. La ayudo con las tareas cuando no puede y ella solo dice: "Gracias, amiga". Me siento feliz ayudando a mi mejor amiga. Yo estoy aprendiendo a escribir, pues, una señora me enseñaba a escribir, escribir mi nombre y el de cada uno y así. Me falta es leer.

Tengo bastantes amigos: Carlos, Lina, José. Mi amiga es Lina, la que tiene la manito como así, es que ella tiene un poco de problemas, es alegre, divertida, le gusta reírse, a veces se enoja, pero se pone a reír.

Carlos y José son mis mejores amigos. Carlos es alto, morenito. Es un poco rabioso, pelea con todos los compañeritos y a veces pinta, colorea, hasta canta, se disfraza, le gusta el Congo. Él tiene varias compañeras, novias, de todo.



Los chistes de Carlos me hacen feliz. Me hace feliz estar feliz, contenta y alegre, no estar llorando a cada rato.

La verdad de mis compañeros me gusta uno, José. Él es blanco como yo y un poco flaquito. Me pongo como rojita cuando lo veo. Él me enseñó varias cosas, me ayuda en las tareas, es amable, también canta, me presta sus colores cuando yo no llevo mis colores, a veces le digo que se me quedaron en la casa. Es buen compañero, le gusta mucho el fútbol, los libros de colorear, o sea, los libros de colorear, pero de Dragon Ball Z.

Me ayuda en todo, ayuda en todo a los compañeros. Le gusta ayudar a los que la tienen difícil, así movimientos de la mano. Creo que mi compañero José también sentía algo por mí, me quería pedir que fuera su novia. Andamos como a escondidas escribiéndonos en redes sociales y me ha gustado porque se lo decía a una amiga, Marcela Lopera Méndez.

Mis amigas tenían novios, ella misma me lo dijo... Marcela Lopera Méndez es mi amiga. Ella sabía que yo estaba enamorada, yo le dije que estaba enamorada de José. Le dije por lo que ella me entendía más y entonces regañaba a José.

Un novio que tenía ella, era..., era Jhon, un amigo que es de ella y era novio de ella, pero él se buscó otra y así terminaron. Él es flaco y un poco feliz, pero termina con otras chicas. Él es mi amigo. Él también sabe de mis sentimientos porque me ponía hablar con Jhon y entonces él entendió ese día los sentimientos míos.

Andrea, Jhon y Marcela, los tres me entienden porque como somos amigos y amigas todos nos respetamos. A mí no me gustan las peleas. Ellos me quieren, cuando lloro, cuando me lastimo, me ayudan, a veces cuando me pongo así, me pongo como carita triste.

Mi mamá me lo ha prohibido cuando yo era pequeña. Me dice: "Tú no puedes tener novio". El día de mi cumpleaños también me lo prohibió, porque siempre me lo prohíbe, pero yo le he dicho que no me lo prohíba. Ella simplemente me dice que está prohibido tener novios, pero varios de mis compañeros tienen novio y yo no.

👉 He sentido ganas de dar un beso, y sí, he sentido ganas de hacerlo, pero nada más que mi corazón me anda latiendo. Me da como nervios todavía. 👉





"ME GUSTARÍA SEGUIR PINTANDO AL ÓLEO, ES UN ARTE"

Mi nombre me lo puso mi papá porque es un nombre bonito, a él le parecía bonito. Tengo 31 años, nací el 23 de diciembre, aquí en Bogotá. Vivo con mi mamá y mi hermano. Cuando era chiquita íbamos mucho a donde mi abuela. Cuando era chiquita me cuidaban mi papá y mi mamá, me gustaba jugar. Eso yo le pedía juguetes al niño dios y una vez me trajo un restaurante de juguete, ¡hacía hamburguesas y pizzas!

Cuando yo estaba pequeña, hace muchos años, estudiaba en un colegio y allá me enseñaban a leer y escribir. Y mi papá me metió allí y me puso a leer y me metieron pa' primerito. A los 11 años; el 8 de diciembre hicimos la primera comunión y eso me pusieron una ropa rosada en la primera comunión.

Tenía por ahí unos 12 años cuando nos fuimos a Medellín con mi papá, mi hermano y mi mamá. Allá en Medellín estudiaba, estaba en segundo. Y duré solo hasta tercero de primaria. Me gustaba vivir en Medellín, porque yo estudiaba allá y me gustaba ir a cine.

En el colegio solo duré hasta tercero de primaria, me sacaron el boletín de las buenas notas y todo excelente, era buena en el colegio, aunque me iba mal en las tablas. Mis materias favoritas eran Ciencias y Sociales, pero no me gustan las Matemáticas. De Matemáticas solo me gusta sumas y restas. También jugaba a las muñecas, tenía como tres. Y yo me acuerdo que jugaba a la rueda con mis amigos.

Cuando mi papá nos abandonó volvimos a Bogotá. En Bogotá hice tercero y después me metí a una fundación e hice arte ruso, arte country y servicio al cliente. Estaba estudiando allá como en el 2006. Después me metieron al 7 de agosto a estudiar, porque me encantaba pintar... Pintar óleo. Estuve allá creo que hasta noviembre.

Después, me metieron a estudiar danzas en una caja de compensación. Me gustaba ir a la caja de compensación, jugaba bolos y tenía muchos amigos. A veces nos llevaban en un bus y nos montaban en caballos en el Parque Mundo Aventura. ¡A mí me fascina montar a caballo!

Me hacía feliz cuando la ruta me recogía. Me hacía feliz ir al colegio porque me encantaba aprender y copiar del tablero. Me acuerdo que allá me dieron vestido de baño y me metían a la piscina, y eso me dictaban clases de natación, deporte, baile y me dictaban clases de manualidades.

Tuve un perro que se llamaba Pongo... Vivíamos con Pongo cuando estábamos en San Cristóbal y cuando vivíamos aquí yo le daba el almuerzo, como en el 2004, 2005, 2006. Aquí en Bogotá vivimos en San Cristóbal, como en el 2006, 2007. Luego nos fuimos a vivir a Rio Negro en el 2010 y después nos vinimos otra vez para acá.

Me gustaba vivir en San Cristóbal porque ahí vivía la señora que hace empanadas, la señora que me recogía del Centro y un amigo de mi hermano. Ahí, después de que me recogían del colegio, venía mi abuela, me daba chocolate con pan porque en el Centro me estaban dando el almuerzo, almorzaba con mis compañeros. Tenía muchos amigos y nos sentábamos a hablar. Tenía amigos y amigas y eran chistosos.

"¡Cuando yo era adolescente crecí más y muy contenta!"

Eso sí, a mí no me ha tocado nadie. Yo hablé con mi mamá y me dijo "que no la vaya a tocar ningún hombre". Yo no he sentido que alguien me guste y hablo con mis amigos muy de vez en cuando. Una vez me gustó... Me gustaba un chico, con el que yo comencé a estudiar, un compañero mío. Ahora no me gustaría tener novio, pero sí un mejor amigo.

Yo no he sentido que alguien me guste y hablo con mis amigos muy de vez en cuando. Una vez me gustó... Me gustaba un chico, con el que yo comencé a estudiar, un compañero mío. Ahora no me gustaría tener novio, pero sí un mejor amigo.

Yo me acuerdo que en los 15 años me dieron dos tortas: una de fresa y otra de chocolate, tenían un número 15 rosados, y a mí me vistieron de rosado. Me vistieron con pantalón rosado, una camisa rosada, me mandaron peinar con el cabello suelto.

Para celebrar cuando cumplí los 15, fui a la casa de una señora y estuvimos con los señores de la iglesia y unos niños que vivían en la casa, lo celebramos con amigos de la iglesia. Ahí en el álbum están todas las fotos. A los 15 años estaba en un Centro y ahí hacía planas, hacía tareas. En ese Centro hay chicos enfermos. A mí ya no me gusta ir allá.

Cuando cumplí 17 años, vino un amigo de mi hermano y mi abuela, me compraron la torta y el número 17. Cuando tenía 17 a mí me gustaba era pintar y dibujar en el block. Pero... mi cumpleaños favorito es cuando cumplí 18 años, lo celebraron con regalos y todo. Me dieron una torta, una de dieciocho, me prepararon un pavo para comer y me dieron muchos regalos y un chaleco rosado.

Cuando yo cumplí los 20 años, me cantaron el cumpleaños, me celebraron los cumpleaños una navidad allá donde un amigo de mi hermano. Cuando cumplí 22, los cumplí aquí en la casa. A los 25 años mi madrina me invitaba a almorzar en el portal o en Titan Plaza. Y ¡Uhhh!, hace rato que fuimos a visitarla.

A los 25 estaba en una Escuela Hogar y allá hacía óleos y acuarelas, dictaban todo el día el curso de óleo y los miércoles terminaba el curso hasta medio día. Allá me querían mucho, pero son grandes y adultos. Yo me acuerdo que pintaba manualidades de madera de arte country. De los cursos que he hecho, me ha gustado el de manualidades. En el curso de la caja de compensación hice un cuadro de flores. Yo sé de medios de comunicación, medios de transporte, yo sé muchas cosas. Yo sé los números hasta cien, yo sé sumar y restar



Cuando tenía unos 30 iba los jueves a unos cursos y hay muchos chicos con síndrome de Down. El año pasado me trajeron torta y el número 31, mi tía me hizo la torta, era de zanahoria.

"Cuando yo me veo al espejo, yo veo que soy linda"

Me gusta la música, la salsa me gusta. No me gusta la música en inglés. Me gusta leer la Biblia y orar con Dios. Mi película favorita, por ejemplo, es Matilda, porque ella iba al colegio a aprender. Mi canción favorita es la Pantera Mambo. Mi lugar favorito es el barrio de Los Cerezos porque me gusta vivir acá. Mi comida favorita es arroz con pollo con salsa de tomate y mi ropa favorita son los leggins, me hace sentir cómoda y mi camiseta favorita es verde pero mi color favorito es el rosado.

A mí me gusta ver televisión, la Rosa de Guadalupe y María Belén por internet, eso lo hago solita. Me gusta la semana santa porque dan historias de la Biblia, y el libro que más me gusta es el de los Diez Mandamientos. El año pasado fuimos a comer pescado en Semana Santa y este año comemos pescado aquí y metemos pescado al asador de mi hermano.

A mí no me gusta pelear con nadie y, por ejemplo, no me gustaba cuando me metían a colegios regulares, los chicos se ponen crueles, se burlan de mí. Por ejemplo, dicen "¡Usted es fea!" y me empujan... Es que yo soy especial.

Las personas que más quiero son mi mamá y mi hermano. Me gusta hacer cosas con mi hermano, él se acuesta en el sofá y me charla de sus amigos. Me caen bien los amigos de mi hermano. Mi hermano viaja mucho, lo veo cuando está aquí en Bogotá, cuando viene con sus amigos. Yo le ayudo mucho a mi mamá, le ayudo a lavar la loza, doblar la ropa. Mi mamá es chévere. A mí me gusta acompañarla a hacer mercado.

Con lo del COVID, me siento feliz de estar aquí en la casa para cuidarnos. Me gusta más quedarme en la casita. Y no me ha dado coronavirus. Algún día tiene que irse. Aunque me pone triste, por ejemplo, pasar por la caja de compensación porque me hace recordar.

Yo tomo algunos medicamentos, algunos son para la presión y otros para el sistema nervioso, algunos me hacen dormir, pero otros no, no me dan sueño.

Cuando yo me veo al espejo, yo veo que soy linda, me gusta estar peinada y mi sonrisa, soy bonita. Mi parte favorita del cuerpo es la barriga. De grande quería ser doctora. Ahora me gustaría estudiar natación y seguir pintando óleo. Me gustaría hacer arte country y pintar manualidades.

Me gustaría tener dos gatos y un perro y me gustaría vivir en Bogotá en una casa más grande y me gustaría estudiar todos los sábados. Me gustaría seguir pintando al óleo, es un arte. Luego me gustaría venderlos. Me gustaría viajar a Villeta, es que vamos a un centro vacacional con piscinas y hay un juego de billar.

👉 Cuando yo me veo al espejo, yo veo que soy linda, me gusta estar peinada y mi sonrisa, soy bonita. Mi parte favorita del cuerpo es la barriga. 👉





"SÉ QUE HE ESTADO EN VARIOS LUGARES, PERO NO ME ACUERDO DE SUS CARAS"

A mí siempre me ha gustado ponerme pantalonetas playeras, camisas blancas, jeans, pero los jeans que usan ahora. ¿Tú sabes cuáles son los que se usan ahora? Esos que tienen un poco de rotos. Donde la señora María sí podía, pero dónde la señora Carolina no, porque a mi mamá no le gustaba los pantalones rotos. A mí me gusta que me vean bien, que no digan "¡Ay!, ese niño se viste feo".

Nací en Barranquilla. Tengo 17 años, vivo en Las Moras, Soledad, desde hace un mes con mi abuela, mi papá, mi mamá Lucía, que es mi quinta madre sustituta, mi hermano y mi otro hermano, que me tratan bien, me dan buena comida. Antes vivía con mi mamá, mi papá y mis hermanos en Soledad 2000. En el barrio donde yo vivo ahora, la casa es muy grande, muy bonita, tiene una calle ancha y nos ponemos a jugar fútbol con mis amigos.

Desde que yo me acuerdo mi mamá (biológica) es morena, alta. La última vez que la vi tenía como cuatro años; mi hermana también es muy alta y blanquita. Mi papá, que yo me acuerde es blanquito y un poquito bajito. Pero mi papá, mi papá verdadero. Mi mamá adoptiva, la de ahora es ama de casa y mi papá adoptivo trabaja en Claro.

A mí se me olvida en qué hogares estuve antes. Sé que he estado en varios lugares, pero no me acuerdo de sus caras. Cuando yo estoy en un lugar y me pasan para otro, a veces me porto mal, no hago caso y debe de ser por problemas que tiene la familia y deciden cerrar el hogar.

Yo antes era gordo, gordo ¡Pero gordo!, parecía una bolita. Por eso a mí me salen estrías, me salen muchas estrías porque yo antes era muy gordo. Yo era muy peleonero, así me decían. No me relacionaba bien con los niños. Era muy calladito, no me gustaba ser así, me gustaba estar solo. Aunque ahora no, he cambiado. Lo que más me gustaba era... La televisión,

“ A mí se me olvida en qué hogares estuve antes. Sé que he estado en varios lugares, pero no me acuerdo de sus caras. Cuando yo estoy en un lugar y me pasan para otro, a veces me porto mal, no hago caso y debe de ser por problemas que tiene la familia y deciden cerrar el hogar. ”

jugar fútbol y correr. En esa época vivía..., no recuerdo bien... Yo me acuerdo en una casita pequeñita. Estaban mis hermanas, nosotros somos siete y también tengo un hermanito pequeño. Cuando yo estaba pequeño me cuidaban mis papás. Recuerdo que mi mamá no tenía plata para mantenerme ni nada, ni pa' vestirme, ni pa' darme de comer.

Yo he tenido dos enfermedades. La primera..., no recuerdo cuál es el nombre. Esa enfermedad me pasó cuando yo tenía como unos diez, nueve años. Mis hermanas me decían que yo no me podía parar. Eso fue un día normal..., yo estaba durmiendo con los otros, los siete dormíamos en un cuarto. Yo dormía en un camarote, mi hermana abajo y la otra también al lado, dormía en una colchoneta. Ese día yo me caí encima de un abanico, cuando me despertaron mis hermanos, no podía moverme ni nada, no podía hacer nada, no podía ni comer, no podía mover las manos, nada, ninguna parte del cuerpo. Y me tenían que bañar, dar la comida. Fue pasando el tiempo y ya me fui recuperando y volví a caminar. Y la otra fue que me dio dengue, me dio fiebre alta, me daban ganas de vomitar.

Vivía con madres sustitutas diferentes, pero la primera enfermedad que me dio, que no me podía mover, esa señora no la reconozco para nada, ni me sé el nombre. Pero la del dengue sí, se llama, la señora Ilda López. Yo duré con ella seis años, pero a la que siempre prefiero más es a mi mamá Carolina. Aunque la señora me trataba bien, pero ella ha decidido ¿Cómo se llama?... Entregarme.

Me acuerdo de cuando tenía 13 años, estaba con una madre sustituta, pero no me acuerdo el nombre y tenía dos hermanas que estaban en el mismo cuarto mío y yo compartía con ellas. Me llevaban al zoológico, me llevaban a todas partes.

Allá había un perro que se llamaba..., ieh...!, no sé bien cómo se llamaba el perrito, era un Pinscher. Nosotros nos la pasábamos jugando con el perro.



Recuerdo cuando fuimos al carnaval, cuando yo fui al carnaval por primera vez disfrutamos: fuimos al carnaval de los niños, las carrozas, echamos espuma. Yo sí fui feliz en mi adolescencia, disfruté, fui a fiestas, al zoológico, al río Magdalena. Fui a pueblos, El Limón y hay otro, pero no recuerdo cuál es que era.

Cuando estuve donde la señora Ilda, que fue mi segunda madre sustituta, desde los 14 años, que yo me acuerde, era bueno en casi todo, menos en Matemáticas. En el colegio donde estudié se hacían muchos experimentos. Pre química me gustaba mucho por eso mismo, el profesor era chévere, uno podía hacer experimentos, cosas bacanas ahí. ¡Me encantó cuando me gradúe de quinto!, fue en el mismo colegio ese cuando bailé el vals, porque yo practicaba, practicaba y pensé que nunca iba a aprender. Me tocó con la pelada, la amiga mía, Daniela. Me tocó bailar con ella, a mí me dio risa porque se me cayó el zapato cuando estábamos bailando.

Tenía bastantes amigos, uno se llamaba Jeison, era de la estatura mía. A él le hacían mucho bullying porque era maluco, ipero maluco! Los pelaos decían que era maluco, pero yo no les paré bolas ni él tampoco. Yo siempre jugaba con él a cartas, a las chequitas, siempre jugábamos. Y tenía una amiga, era la más inteligente del salón, Estefanía, Alejandra, Valentina y Vanessa y había otros pelados que también eran amigos míos, pero no jugaba casi con ellos, me la pasaba jugando en el recreo, así a la bolita uñita, a las cartas.

La señora María

Cuando yo vine donde la señora María, que fue mi tercera madre sustituta, yo no los conocía, yo los veía en la escalera. Ellos se sentaban en una escalera que había en el bloque, se sentaban ahí. Me decían en voz baja..., bueno, se decían entre ellos "Ahí viene un pelao' nuevo del Bienestar". Yo sé que ellos dicen así por jugar, pero yo no les paro bolas.

Las peladas me decían "¿Y qué, todo bien?" y yo decía: "Todo bien, todo bien" y ya. Después yo bajé, me presenté, yo les dije cómo me llamaba, después empezamos a jugar al quemado, jugaba, a..., ¿cómo se llama eso?, ¡al escondido! Eran pelaos de mi estatura, así grandes, corpulentos, uno era..., ¿cómo se llama?, tenía un poco de músculos así, yo le decía papá, yo le decía así.

Donde la señora María yo me ponía a pelar papas, a cargar bultos, hacía mandados a la tienda, vendía faroles y a veces le ayudaba a un amigo. A él lo metieron en un establecimiento donde vendían zapatos, y yo lo ayudaba a vender zapatos.

Me dejaban salir e iba a fiestas, a 15 años, a comer y a hablar con las peladas y con los pelaos. No me gustaba que los pelaos me dijeran "ve a sacar a bailar esa pelada, ve a sacarla a bailar". Yo les decía: "¡No, no, me da pena!".

Me la pasaba jugando con los pelaos, fútbol en la cancha. La señora María me dejaba salir, me hacía comida rica: pizza, a veces la compraba la hija mayor, que tenía veintidós años y a veces las hacía; también perro caliente, salchipapas, hamburguesa. No me llevaba bien con el señor de la casa. No me trataba mal, sino que me molestaba mucho, hacía bromas muy pesadas. A veces me paraba pegando, o diciendo que yo era bobo, cosas así. Se burlaba de mí.

"Doctor Luis', mamá Carolina me dice así"

Lo que siempre he querido es estudiar Zootecnia. Los animales que más me gustan son los escorpiones, las serpientes, los caballos, los perros, los gatos, casi todos los animales me gustan. Y sí, he tocado y he jugado con ellos, con cerdos, ¡con cerdos negros y rosados! Cuando estaba con mi tía, la señora Carolina, ella vivía en un pueblo, ella me llevó un ratito allá y en ese pueblo había un poco de caballos, vacas, ¡ah, y también he tocado vacas! Lo que más me gustaba era darles comida a los animales, perseguir a los gallos, a las gallinas, para jugar con ellos, pero ellos no se dejaban.

El pueblo, se llamaba El Limón, ¡El Limón Zipuco! Bueno, le dicen El Limón, pero se llama Zipuco..., queda por Magangué. En esa época que yo me acuerde no asistía al colegio, me la pasaba todo el día jugando y jugando y jugando.

Yo iba al colegio, como a los 10, 11 años y empecé a leer a los 13, 14 años, porque alguien me enseñó, pero no me acuerdo quién era. Se sentaba conmigo y a veces me ponía un refuerzo, pero yo era muy malo pa' eso y le decía muchas groserías a la señora que me daba el refuerzo.

"Doctor Luis", mamá Carolina me dice así porque yo a veces me porto grosero. Cuando está brava conmigo: "¡Ajá!, doctor Luis, ¿no vas a hacer las tareas?; ¡Ajá!, doctor Luis, ¿no vas a hacer las tareas?; ¡Ajá!, doctor Luis". Juan el pelaito chiquito que vivía allí, como oía eso, también me dice "doctor Luis", pero jugando. Yo le digo: "Doctor Juan, ¿qué?, ¿todo bien?".

La señora Carolina es la que me ha cuidado, la que me ha tenido más, la que más me ha alentado para seguir estudiando, ella me ha dicho: "Hijo, sigue estudiando para que en un futuro seas alguien en la vida y puedas ayudarme cuando yo esté mal".

Mi mamá me había dicho, que me iba a crecer el vello allí y el vello en las piernas, el bigote, que yo iba a hacer más alto. Con ella no me daba pena. Yo veía videos, de esos informativos porque en el colegio los profesores nos enseñaban eso.

Cuando estaba en ese hogar, donde la señora Carolina, que fue mi cuarta madre sustituta, me sentí un poco triste. Después me fui alegrando y compartiendo con mi papá, mi mamá y los otros hijos de la señora, con todos me llevaba bien. Yo me ponía a hacer aseo, a lavar los platos, a barrer, a sacudir porque me gustaba. A veces limpiaba las rejas que estaban empolvadas, barría los cuartos, arreglaba las camas, la de mi mamá también porque a veces ella salía temprano y salía muy de prisa.



A mí me gustaba Valentina, que era amiga mía, pero a ella le gustaba otro pelao'. Era blanquita, flaquita, tenía el pelo como anaranjadito, o marrón, la boquita pequeña, las orejitas un poquito grandes. Grosera no era, siempre estaba feliz y siempre jugaba conmigo y con las peladas, nunca estaba triste ni nada, hacía sus tareas.

También me gustaba una pelada que se llama Denis. Yo le dije que a mí me gustaba ella, pero ella me dijo: "Tú eres muy lindo, pero yo ya tengo novio". Yo tenía muchas novias. Una se llamaba Carla, era toda blanca, blanca, blanca, tenía los ojos como monitos, así amarillitos; tenía el pelo mono y era un poquito flaquita. Ella siempre estaba feliz, siempre quería andar conmigo. Me dedicó la canción "Un año" de Sebastián Yatra. Ella cantaba bonito. Yo le decía: "Repítela de nuevo que cantas bonito".

Ella tenía un conejito, un conejo, se llamaba Bob y nosotros lo poníamos a pasear y empezábamos a hablar. A veces nosotros subíamos a la casa de ella y nos poníamos a ver televisión, a hablar, a escuchar música. También salíamos al cine, comprábamos... Cuando yo tenía plata, comprábamos helado, íbamos al centro comercial, paseamos por ahí y veíamos todo, la ropa, así, todo.

Veíamos películas, hay algunas que todavía me acuerdo: Deadpool, Hada por accidente de la Roca, Las ventajas de ser invisible. ¡Esa película es excelente! Se trata de un pelao' que no tiene amigos, o sea como yo, yo digo que es como yo porque yo antes no tenía amigos y ahora tengo bastantes. Se trata de un pelao' que no tiene amigos, qué es... ¿Cómo se dice? Inadaptado. No tiene una vida social y él se..., bueno, antes de eso se muda y ahí comienza una vida nueva, en otro barrio o en una ciudad.

"Mamá Lucía"

Cuando Juan llegó donde Luci estaba feliz, pero en un momento se puso a llorar, decía "¡Yo quiero a mi mami Carolina, yo quiero a mi mami Carolina, yo quiero a mi mami Carolina!" y se pone a llorar. Casi todas las noches llora. Luci me ha dado apoyo y sí ha estado pendiente de mí, pero yo quiero más a mi mamá Carolina.

A ella no la conocía porque ella es nueva, ella empezó el 29 de octubre del año pasado. A ella la estrenaron con Camilo. Camilo estuvo también donde la señora Carolina, ese pelao' es pésimo: pandillero, drogadicto. Mamá Lucía cuando me porto bien y cuando estoy molestando también me dice "¡Ajá!, doctor Luis, dejá de estar pegándome; ¡Ajá!, doctor Luis, déjame quieta; ¡Ajá!, doctor Luis, no lavó los interiores; ¡Ajá!, doctor Luis, no te has bañado", me dice.

Aquí no me he adaptado todavía. De las cosas que me molestan son que no me dejan salir a la otra cuadra. No me dejan estar con personas de mi edad, siempre tengo que estar jugando con peladitos pequeños. Pero no tan pequeños, tiene como diez años, así, 12, 13, y a mí no me gusta.

"La pandemia fue un poquito fácil (...) Y un poquito difícil"

Desde el año pasado, yo no he podido salir por la pandemia, me la pasaba jugando, viendo televisión y compartiendo con mi mamá, mi papá y mis hermanos. Pero, ¡eh...!, bueno, sí salía a visitar a mi mamá, a mami Carolina, pero ahora como está más..., más congestionado por el Covid, no he podido visitarla más, ni he podido hablar con ella. La última vez fue cuando tenía una reunión de colegio, pero no me acuerdo cuando fue. Creo que hace como dos meses. Estoy un poquito feliz, pero a la vez triste porque no puedo salir, no puedo compartir con los amigos que tenía antes y no puedo ver a mi mamá.

Estoy un poquito feliz, pero a la vez triste porque no puedo salir, no puedo compartir con los amigos que tenía antes y no puedo ver a mi mamá.

A veces estoy feliz porque he vivido muchas cosas, muchas cosas felices. He compartido con mis amigos, he tenido novias, he estado en fiestas. Pero a la vez es triste porque ya casi no los veo, no sé cómo están, no sé dónde viven ahora, no sé. También porque no me dejan salir tanto, no me dejan salir así con amigos de mi edad.

La pandemia fue un poquito fácil, porque... Sí me aburría, pero no tanto. Estuve compartiendo con mi mamá, mis hermanos y veíamos películas. Y un poquito difícil porque tenía muchas amigas y uno podía salir a jugar con ellas y ahora ni a hablar, ni a jugar.

"¿Mi vida ideal?"

Yo siempre he querido vivir en edificios, a mí casi no me gustan las casas. Bueno, he tenido una novia y ya, pero quiero tener otra novia. Siempre he querido..., bueno, no he podido usar aretes. A mí me gustaban mucho pero el Bienestar eso no lo permite. Siempre he querido ponérmelos, bueno he querido tanto que ya me los he puesto.

Me gustaría terminar primero el colegio, después ir a la universidad, después trabajar y después quiero ser profesional para salir adelante y ayudar a mi mamá. Luego, ser un padre muy responsable, que quiere mucho a sus hijos, que los cuida. Un padre trabajador. Tener un niño para ayudarlo a crecer, para enseñarle a jugar fútbol, para compartir con él. Si es niña podría hacer otras cosas, jugar con ella también. Pero me encantaría tener mejor un niño.

En el futuro me veo bien cambiado, con casa, con un hijo, con una esposa, con una moto, a mí no me gustan los carros, me gustan las motos.







"SI ESTO ME HICIERON AHORITA, ¿QUÉ ME VAN A HACER MAÑANA?"

Cuando era chiquito yo era muy seguro de lo que hacía, o sea, era como muy tremendo como que sin miedos y muy peleón, ibastante peleón! Mi familia decía que yo iba a ser terrible. Mi infancia estuvo muy marcada porque me la pasaba jugando fútbol, no tenía más que hacer sino jugar.

Entre los 10 a 13 años, con mi hermano mayor, nos la pasábamos en muchos campeonatos de fútbol. Cada sábado y cada domingo nos levantábamos primero a hacer oficio, pues obviamente para ir a jugar fútbol, era muy chévere, muy bacano, me gustaba demasiado este plan con mi hermano. Los domingos nos íbamos al Tunal a jugar, se reunían 25 personas entre amigos y así.

Mi vida siempre fue normal. Todo el mundo tiene sus problemas, pero tuve una buena adolescencia, estuvo marcada por momentos bonitos, no fue difícil. La disfruté. ¿Uno cómo disfruta la adolescencia? Pues cuando uno tiene novias, cuando uno sale mucho. No fue mi caso, pero fue una adolescencia que estuvo marcada por lo que me gustaba hacer a mí, por lo que yo deseaba: el fútbol.

En 7º tuve esa etapa donde me empezaron a salir granitos iyo estaba cundido de acné! Tenía esa cara, pero terrible, tenía granos por acá, por acá, por acá, ipor todos lados! Tras de que yo era tímido para darle la cara así a una niña, imagínese con la cara así tan brotada ¡Peor!, me daba mucha pena. Obviamente no faltaban las burlas en el salón, que cara de piña, que granoso asqueroso, sí, cosas así, burlas. Fue un año donde yo decía "No, mami, como tengo la cara, yo qué voy a hacer".

Fue solo como un año, no fue ni mucho, me habré dejado una que otra marca, pero no sé.



Ahí fue cuando empecé a sentir cambios en mi cuerpo, pues en este año, mejor dicho, me sentía súper mal, me sentía como que... Yo me miraba al espejo y me sentía "este man tan feo". Luego la barba me empezó a salir a los 20 o 21.

"La primera vez que yo di un beso (...) ya estaba en 10º, iya estaba grande!"

Cuando yo estaba como en 3º o 4º, yo siempre iba a almorzar adonde una amiga de mi mamá porque mi mamá trabajaba. Un día, yo me quedé con un amigo, me acuerdo que estábamos en la habitación de la mamá. Él tenía un tarrito, ¿de qué?, en ese momento yo no sabía de qué era el tarrito. Mi amigo se metió al baño y nada que salía. Decía: "No, entre, entre. Tome, échese esto allá abajo" y yo con el miedo. Yo no fui capaz. "Écheselo allá abajo y vera que se siente rico", sería un lubricante o algo así y yo no fui capaz.

Hubo otra vez, estaba con mi hermano y con el mejor amigo, yo ya tendría 16, 17 años, ya estaba en una etapa de..., conocía cómo era la cuestión de atraer, de tener una erección, entonces ellos me explicaban. Yo no entendía, la verdad, yo no entendía, entonces decían: "Eso le sale un poquito blanco y le va a hacer así", que no sé qué y me lo explicaban y yo no había experimentado eso. Y decían: "Si yo le digo que es sexo oral, ¿usted qué piensa que es?" Yo no sé, ni idea, la verdad no sé -decía yo. Yo era como muy ajeno a eso..., en ese tiempo me gustaban mucho las niñas y de verlas "¡ay, me gusta!", pero ya como desearlas, sí, como desde 7º, 8º, más o menos a esa edad.

Yo fui de muy poquitas novias, yo no tuve novia, así como oficial: "Esta es mi novia", no, por lo tímido. No sabía cómo decirle "venga, niña, usted me gusta, cuadrémonos", no tenía como alguien que me dijera "dígame esto, esto, esto". Es que, la verdad, la verdad, la verdad, la primera vez que yo le di un

beso a una muchacha estaba en 10º, ¡imagínate, ya estaba grande, 16 años!

10º y 11º fueron los dos años que más disfruté del colegio, porque a pesar de seguir siendo tímido como que me abrí a la oportunidad de conocer a otras personas, no solo los del mismo grupito. Empecé como a tener mejores relaciones con las niñas, porque a mí antes me hablaba una niña y yo me quedaba quieto del susto que me daba.

Después a mí me llegó a gustar una niña cuando yo estaba en 11º, ¡me gustó hartito! Hasta salía a tomar por ella. ¡Tan bobo! Yo me acuerdo que ella me hacía reír mucho, demasiado, era graciosa. Entonces ya desde ahí empezamos a coger cariño, me parecía bonita y ella me copiaba, pero cuando yo estaba hablando con ella, el ex le empezó a caer otra vez, entonces ahí sí yo, pues, salí perdiendo...

Yo antes sentía que, por tener esos pantalones así anchos y por no aplicarme gel, como por seguir las normas del colegio, como que la gente decía: "No, ahí va el bobazo ese", entonces yo en un momento como que... ¿Se ha visto en Betty la fea?, ¡cambio radical! Yo entubé los pantalones, me peiné, todo eso. Yo no fui ni emo, punketo, ni nada de esas tribus urbanas, solo eso, estar a la moda... A mí me gustaba era reflejar que "mire ese chino se ve todo bonito, como se peina, es pinta".

"No hubo alguien que me dijera: 'Venga, ¿usted qué está haciendo, en qué gasta la plata?'"

Después del colegio fue más fácil para mí socializar con las personas, a mí lo que me pasaba era que tenía que pasar mucho tiempo para generar confianza en las personas y actuar como de otra manera. Porque, digamos, los dos primeros meses uno es callado y hace caso, después cuando uno va cogiendo confianza, ¿no? Empieza a hacer bromas, chistes, ¿sí?, yo creo que eso es lo que me pasa.

“Después del colegio fue más fácil para mí socializar con las personas, a mí lo que me pasaba era que tenía que pasar mucho tiempo para generar confianza en las personas y actuar como de otra manera.”

Como en abril de 2017, después de graduarme terminé ese año en limpio, o sea no trabajé. Me dediqué fue más que todo como al deporte. La situación económica de mi casa estaba bien y pues tampoco era necesario buscar empleo, dirán que soy un vago, pero en el momento yo no tenía como aspiraciones, como que no tenía rumbo. De pronto me faltó alguien que me aconsejara.

Empecé a trabajar desde febrero del año que me gradué. El requisito que pedían era estar estudiando, a uno le daban ¿cómo se dice eso? Como una prima, como una plata para pagar la carrera y como yo era de colegio distrital, pues era menos plata, pero le daban como ayudas, como para materiales y todo.

Ahí tuve un error porque era un trabajo bueno y cuando me gradué me dieron un tiempo para buscar estudio. Yo seguí trabajando, y en vez de buscar estudio, yo me gastaba la plata yendo a bailar, a tomar. No hubo alguien que me dijera: "Venga, ¿usted qué está haciendo, en qué gasta la plata?, ¿usted sí está manejando la plata bien?", porque yo ganaba muy bien y gastaba mucho en rumba.

Cuando empecé a trabajar, trabajé hasta junio, como cinco meses. Trabajaba en la zona industrial de Álamos, en una empresa de cartón, de estampados, en una bodega, había como que recibir y entregar material. Cuando me salí, seguí por el camino de las fiestas. Empecé a tomar trago y era ya como un pan de todos los días, no era lunes, sino también el martes, miércoles, así, entonces ya era como tema de cuidado porque de pronto me estaba volviendo alcohólico.

"Fue cuando me diagnosticaron que tenía esquizofrenia, me dijeron que había sido por culpa de la marihuana que había probado"

Otra noche, donde yo me fui a bailar con el hijo del dueño de la casa y con unas amigas, tomamos poquito porque no había ni plata para tomar, entonces uno de los chinos estaba fumando marihuana, estaba haciendo ahí una mezcla de..., yo no sé de qué. Yo estaba prendido, pero no tanto..., o sí, pero estaba consciente de lo que hacía. "Venga, déjenme fumar", yo decía, pero no me querían dejar fumar porque yo nunca había hecho eso, solo lo había hecho una vez antes de esta.

Yo no sé qué me dieron, o qué echaron, o qué mezclaron, pero yo lo probé y desde ahí no me acuerdo más nada, yo me acuerdo que por eso fue que me hice esta cicatriz en la frente. Sentí como que me desconecté de este mundo y yo me acuerdo como de fotos, como de que pasé por acá, como de pequeños recuerdos de lo que hice esa noche.

De lo que me acuerdo es que nos fuimos porque ya no teníamos plata para más trago. Cuando yo lo probé, no me sentí cómodo, me sentí con nervios, con ansiedad y como que hubo un momento donde ipin!, se me apagaron las luces y yo salí disparado y llegué a la casa.

Como que mi mente me llevó hasta la casa porque lo único que recuerdo es que yo pasé una avenida, una iglesia y mi tercera imagen fue ya en la casa. Yo iba a golpear y ya estaban mis amigos preocupados: "¿Qué le pasó?, ¿qué le pasó?". No, nada, me siento mal, me siento como si... Como desconectado, dije. "¡Éntrese!".

Yo me entré a la casa, me acosté y al ratico llegó el amigo con el que estaba a averiguar si yo había llegado, yo me levanté y fue cuando me resbalé o



me estrellé contra lo que haya sido y me casqué. ¡Tin!, se rompió el vidrio, yo no podía ni caminar, como que me caía, mejor dicho, lo que me dieron me dio pero idurísimo! En este momento yo me volví a ir, salí de la casa otra vez.

Yo iba solo, no puedo recordarlo paso a paso. Lo que viene sí es muy feo, fue una de las experiencias más feas que viví. Yo me acuerdo los boté los zapatos, no sé de loco, porque sí. También me quité el buzo... Descalzo, sin buzo y con toda la cara así sangrando, yo parecía loco, eso me imaginaba.

Pasó un motociclista, me vio sangrando y me dijo: "Uy, chino, ¿qué le pasó? Móntese, ¿a dónde lo llevó?". Me subí a la moto y no sé a dónde me llevó. El dueño de la casa también salió a buscarme, me cogió y de una vez me llevaron como a un centro médico, que quedaba por ahí cerquita. No me curaron porque no tenían cirujano, iba de cirugía y me mandaron para otro hospital.

Al otro día mi hermano llegó. Llegó a las 7 de la mañana el domingo. Duré como dos días hospitalizado y me hicieron la cirugía. Yo amanecí con la espalda raspada, con la raja acá en la cabeza, me dolía el cuello, creo que la cicatriz en la frente fue cuando llegué a la casa y no sé si me habrán pegado o qué me habrán hecho. Yo creo que de pronto sí me pegaron, me empujaron, me hicieron algo. Desde ese día no vuelvo a probar marihuana, no vuelvo a fumar, no vuelvo a tomar, mejor dicho...

Salí del hospital y empecé a tener una sensación, como si..., como estresado, como ansioso, pero era como esa ansiedad que no podía quedarme quieto, sino que tenía que estar caminando, si me quedaba quieto me estresaba. Yo no podía estar sentado en un lugar, ni acostado, sino que tenía que estar caminando, no sé, era una ansiedad demasiado fuerte y como nervios, me daban como nervios.

Recurrimos al médico y le comenté lo que yo empecé a sentir. Fue cuando me diagnosticaron que tenía esquizofrenia, me dijeron que había sido por culpa de la marihuana que había probado, que lo que hizo... Lo que pasó fue por lo que fumé marihuana. El tiempo que pasó entre el episodio de fumar marihuana y el diagnóstico fue de un mes.

"Yo digo que los médicos me diagnosticaron esquizofrenia porque (...) tenían que darme un diagnóstico"

Por un tiempo mi mamá no quiso dejarme solo. De pronto le daba miedo la misma ansiedad, de pronto que me pasara lo que me pasó ese día o tomar otras acciones como las acciones que tuve ese día, ¿sí? Ese era el miedo de mi mamá. Yo le explicaba "mami, siento esto, esto, esto, yo no me puedo quedar sentado, siento mucha ansiedad". Yo creo que fue lo que me dieron lo que me produjo esa ansiedad tan fea. Me llevaron al médico, me dijeron que lo que tenía era esquizofrenia, que eso se produjo por medio de la droga. En mitad de año del 2018 me diagnosticaron esquizofrenia. Me veían tan ansioso que yo caminaba de un lado a otro, me sentía nervioso, y decidieron internarme.

Yo no sé si sea esquizofrenia... Yo digo que los médicos me diagnosticaron esquizofrenia porque me tenían que... ¿Cómo me explico?, digamos, yo les comenté los síntomas a ellos, entonces tenían que darme un diagnóstico, no me podían dejar "no, no tiene nada", tenían que darme un diagnóstico, eso es lo que yo pienso. Entonces dijeron "no, ese niño tiene esquizofrenia". Yo sé que no la tengo, entonces esa es mi discapacidad. Como que hay que medicarlo con algo. Y cayó eso.

¿Y si a mí no me hubiera pasado lo que me pasó? Yo iba pa' las calles. Sabes que cuando me pasó lo que me pasó de ese día, que me desconecté totalmente, una de las imágenes que tuve fue la de un señor en muy malas condiciones echando vicio, no sé por qué, era un señor, así como botado

👉 Fue cuando me diagnosticaron que tenía esquizofrenia, me dijeron que había sido por culpa de la marihuana que había probado, que lo que hizo... Lo que pasó fue por lo que fumé marihuana. 👉

en la calle, un indigente, metido en las drogas, no sé. De pronto me mostró cómo pude haber quedado si no me hubiera pasado lo que me pasó, yo digo que fue obra de Dios.

"¡Que me suelten, yo no quiero estar acá!"

La primera vez que me internaron fue en una clínica de salud mental..., me internaron varias veces, salía, llegaba a la casa y yo me seguía sintiendo muy ansioso. Fue cuando me dijeron que ya no me podían tener más que porque ya había entrado muchas veces, a mí me buscaron una casa hogar, entonces fue cuando ingresé acá. Pero antes de llegar aquí estuve en otra fundación, en septiembre del 2018.

Como mi mamá no me quería dejar solo, busqué un sitio donde le cobraban \$300.000 mensuales. No era un sitio donde trataran ansiedad o problemas mentales. Era una fundación para gente que iba a rehabilitarse del alcohol o de las drogas. Mi mami me dio esa opción. De la clínica de salud mental me trasladaron allá.

Yo seguía teniendo mucha ansiedad y no me sentía tranquilo y tenía que estar caminando porque la ansiedad me ganaba. Yo me acuerdo tanto que a mí me estaban dando un medicamento para calmar esa ansiedad y ellos decidieron no volvérmelo a dar, me lo quitaron de un día para otro, de una.

Un día, a eso de las 8 de la noche, me levanté a caminar porque la ansiedad me ganaba otra vez. Ellos pensaban que yo me iba a escapar o no les gustaba que yo caminara. "¡Que se acueste! ¡Oiga, acuéstese!, ¿usted qué hace parado?" me empezaron a gritar. "No, déjenme caminar que me siento mal, quiero caminar, tomar aire", yo les decía.



Ya se desesperaron de verme caminar o algo y me esposaron a la cama, y claro, eso me desesperó más, y yo decía "¡Que me suelten, yo no quiero estar acá!". Después llegó un man, y como yo no quería hacer caso, se me tiró encima y me empezó a cascar, pero no me daba puños, me daba con la parte baja de la palma de la mano. Fue así, itran, tran!, y me daba y me daba y me daba ese man, ime daba duro! Yo ya sentía mi cara toda hinchada, me dio una paliza. Me bajaron al primer piso y me volvieron a esposar a una silla, abrieron la llave y me metieron ahí... A tratar de ahogarme.

¡Me trataron de ahogar!, y yo amarrado. Me gritaban: "¿Va a seguir?, ¿va a seguir?", me cogían del pelo. Yo lo único que pensaba era: "Estos manes me van a matar, de esta no paso", y seguían y seguían. Era horrible, horrible. Yo me trataba como de soltar y hubo un momento donde, itin!, los tumbé a los dos, ¿y qué?, me seguían pegando y me seguían echando agua así en la cara. Eran las 9, casi las 10 de la noche. Decidieron subirme a la terraza. Había como un camarote, así sin colchón, solo tablas y me esposaron una mano acá y otra mano acá y me mantuvieron toda la madrugada así, sin camisa, en pantaloneta, todo mojado y con el frío de la noche.

Si esto me hicieron ahorita, ¿qué me van a hacer mañana?, yo pensaba. "Acá lo dejamos para ver si se sigue comportando como se está comportando, pa' que duerma con las ratas, por ahí están las ratas y va a dormir con las ratas", me decían. No dormí, ¿cómo iba a dormir así? Siete de la mañana y yo todavía despierto temblando del frío. Luego me esposaron a mi cama..., esas esposas... Dios mío, apretadísimas, apretadísimas, cuando me las quitaron tenía eso morado.

"Vaya y le cuenta a su mamá que yo estoy acá vigilando". Ese mismo día llamé mi mamá y yo empecé a orar con mi mamá, y le dije que me estaban maltratando. Yo le pude decir eso a mi mamá



gracias a un chino que se dio cuenta y me cubrió la espalda. Esa misma noche yo le escribí a mi hermana por el computador, pero uno de los manes me pilló. Me tiraron, así como a una esquina y se pararon así, tres a vigilarme para que yo no me parara de ahí y me iban a pegar otra vez. Mi reacción fue levantarme, los empujé, me subí al tercer piso y salté. Salté desde el tercer piso.

Cuando me fueron a levantar, me vieron la pierna. Llegó el padre y me alzarón, ¡qué dolor!, yo gritaba, gritaba del dolor, era impresionante el dolor. Mi mamá en el hospital estaba brava, iba a demandar, pero yo le dije "mami, deja así". Y ya, me sacaron de ahí.

Duré dos meses en la casa y yo dije "Yo ya estoy bien" y me salió el cupo acá en la fundación. Mi mamá me dijo: "Vamos, se está allá un año, descansa. Allá le van a dar todo, va a estar tranquilo", y ya, llegué acá a la fundación.

"Aquí no estoy afanado"

A mí me gusta vivir acá en la fundación, llevo dos años. Yo soy tan descomplicado, que me gusta vivir en todo lado. Yo siento que me adapto muy bien. Aquí no estoy afanado, lo disfruto, me gusta porque no me falta nada y tengo suficiente tiempo para hacer mis cosas. Con mi mamá me veo cada 20 días, podría salir cada mes o mes y medio, eso depende como esté ella de plata, si me puede recoger o no.

Ahorita ando haciendo unos cursos en el Sena, de servicio al cliente, que me sirven mucho para de pronto expresarme mejor. A mí lo que me pasa es que yo puedo estar hablando con una persona o hablar en público o tengo una idea, la idea se me esfuma porque me pongo nervioso. Me dijeron que este curso me iba a ayudar con eso. Aquí me apoyan mucho para que estudie.

Yo veo cercano el salir de acá y estudiar. Quiero estudiar entrenamiento deportivo, a mí me encantaría mucho ser entrenador de fútbol o tener una escuela, no sé. De pronto fue un sueño que tuve, de ser futbolista, no lo pude hacer, pero de pronto por otro lado sí puedo desempeñarme.

Una mirada al futuro

Soy demasiado novelero, bastante. Me he visto Elif, Sueños robados, Pasión de Gavilanes también me la vi. ahorita estoy viendo Betty la fea, me gusta como la comedia, yo soy toteado de la risa, con las comedias, me gusta también mucho Sábados Felices. Esto, acompañado así de hartas galguerías en mi casa es lo que más me gusta.

Dentro de 10 años me imagino con novia. Yo me casaré por ahí a los 30. Para tener una novia, yo me imagino que sería con alguien que realmente a uno le llame mucho la atención o que le guste o que esté enamorado de ella. Es algo que quiero vivir, pero en este momento no he podido. Me imagino una relación melosa, donde abunden las bromas, las risas, donde mi pareja se ría de mí y yo me ría de ella y así. Sería bastante detallista, eso me encanta.

También me imagino con tres hijos. Seré un padre muy chévere, muy alcahueta, obviamente, poniendo mis reglas. Trataría de darle lo mejor que tengo, si llego a tener a mis hijos sería muy chévere, sueño mucho con tener hijos.

También sería cercano a mi familia. Yo soy una persona que está pendiente siempre de mi familia, siempre los estoy visitando. Uno de mis dos sobrinos va a ser futbolista, itiene el talento del profe! Tiene cuatro años y eso le pega al balón más duro que yo.

Ahora siento que he madurado bastante, bastante, he cambiado mucho. El yo de 11º era solo... Como que vivía solo al día a día, no veía como futuro claro. El yo actual ya es una persona adulta, madura, que ya conoce el mundo, que realmente sabe cómo es el mundo, que el mundo no es solo fiestas, rumbas, que era lo que pensaba antes.

Al pasar los años hay más responsabilidad, entonces, sí me ayudó a ser más consciente de mí, de mi familia, de todo el mundo.

“ Tener una novia, yo me imagino que sería con alguien que realmente a uno le llame mucho la atención o que le guste o que esté enamorado de ella. Es algo que quiero vivir, pero en este momento no he podido. ”





profamilia
Doctor Pausa
Paciente ambulatorio

CONCLUSIONES

Aunque persista el debate sobre si las personas con discapacidad deban ser incluidas en todas las investigaciones sobre discapacidad (Pallisera, 2015: 149), los resultados de esta investigación dejan en evidencia la necesidad de generar estudios que involucren las experiencias de vida de las personas con discapacidad mientras se potencian sus habilidades en investigación.

Nada de nosotros sin nosotros ha sido lema que ha acompañado los proyectos de Profamilia con esta población. Mi historia mi derecho, se consolida como la continuación de los esfuerzos por dar voz a las personas con discapacidad, mientras se derriban las barreras que impiden el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos.

Es necesario aclarar que las 7 historias de vida contenidas en este informe no dan cuenta de todas las experiencias de este grupo poblacional. Son diversas las personas, sus vidas, sus discapacidades y sus maneras de vivir y narrar sus sexualidades.

Para la co-construcción de las conclusiones, se generó un espacio con las y los participantes de las historias de vida. La sesión estuvo dividida en dos partes: durante la primera parte las y los participantes se presentaron y relataban, si así lo quería, los aspectos más relevantes de sus historias de vida.

El segundo momento se llevó a cabo con un instrumento guía que contenía algunas preguntas. Las preguntas giraban en torno a: autonomía, relaciones afectivas, percepciones sobre el cuerpo,



sexualidades, planes de vida y hubo espacio para categorías emergentes.

Esta última parte fue mucho menos estructurada y permitió que emergieran varios puntos en relación con las categorías. Las conclusiones se triangularon con una revisión de literatura y el resultado se presenta a continuación:

Autonomía en las personas con discapacidad cognitiva y psicosocial

Durante la co-construcción, las y las conclusiones, se definió la autonomía como la "Capacidad que tiene el ser humano de valerse por sus propios medios, de hacer su vida y no depende de nadie (...) cuando no tiene que rendirle cuentas a nadie". Esta definición permitió establecer un punto de partida para reflexionar acerca de qué tan autónomas y autónomos se sentían en sus vidas. Se identificó que:

- Existe una tensión entre la asistencia y los apoyos recibidos frente a la autonomía que tienen las PCD. Ante mayor asistencia reciben, se limita su capacidad de agencia para tomar decisiones.
- Desde luego, un estado de interdicción limita la autonomía de las PCD, pues es esa la intención del proceso judicial. Pese a que dicha figura fue eliminada en 2019 por la ley 1996, para el 2021 aún hay personas interdictas que depende de terceros para tomar cualquier decisión, en especial decisiones financiera.
- Las decisiones financieras no solo se ven limitadas, en algunos casos, por ser personas interdictas. Las personas con discapacidad pertenecen a los grupos poblacionales con una de las tasas de participación de mercado laboral más bajas (BID, 2019). La falta de: oportunidades laborales, puestos de trabajos con apoyos razonables y los prejuicios acerca de las capacidades y el desempeño de las PCD, hacen que tengan que depender de cuidadoras,

cuidadores, instituciones u otros, para alcanzar a suplir sus necesidades, lo cual termina por restringir su capacidad de agencia.

Reconocimiento de las complejidades de las relaciones afectivas

Las y los participantes de esta investigación revelaron cómo experimentan la diversidad de las relaciones, así como las diferentes aristas que las componen.

Se manifestaron los límites que fijan en sus relaciones sexoafectivas, de amistad y familiares al percibir que no son beneficiosas para su autoestima. También explicaron y dieron ejemplos de cómo ejercen la responsabilidad afectiva al controlar sus emociones en situaciones adversas para no lastimar a las personas de su entorno. A partir de lo anterior, fue evidente que:

- La familia sigue siendo la principal red de apoyo y afecto de las PCD. Estas tienden a enfrentar dificultades y barreras a nivel económico, social, entre otros, que afectan el desarrollo del entorno familiar (Di Giulio, Philipov & Jaschinski, 2014). Sin embargo, al ser la principal institución para la socialización, son estas las que proporcionan herramientas (o no) para el desarrollo de las capacidades de las personas con discapacidad (Manjarres, 2012).
- Se definió la responsabilidad emocional como el bienestar desde la reciprocidad, es decir, el estar bien "mientras cuido los sentimientos de los demás" (participantes de la co-construcción de conclusiones). Esto demostró que las PCD reconocen que sus vínculos y relaciones son satisfactorias cuando las formas de interacción tienen prácticas de cuidado bilaterales. Los ciclos pedagógicos que hacían parte del proyecto fueron fundamentales para comprender las dinámicas de las relaciones afectivas y, de esta forma, promover el desarrollo de la responsabilidad emocional.

“ La falta de: oportunidades laborales, puestos de trabajos con apoyos razonables y los prejuicios acerca de las capacidades y el desempeño de las personas con discapacidad, hacen que tengan que depender de cuidadoras, cuidadores, instituciones u otros (...) lo cual termina por restringir su capacidad de agencia. ”

- 
- La responsabilidad emocional permite que se generen relaciones de cuidado y apoyo entre las PCD. Durante la sesión de con-construcción, mientras uno de los participantes explicaba su estado de interdicción, otra participante que había estado bajo esa misma figura, le explicaba las acciones legales que debía realizar. Como estos, hubo varios casos de solidaridad que se dieron en las sesiones y que también son evidentes en las historias de vida.

Conocimientos sobre sexualidad

Las aproximaciones sobre sus experiencias sexuales fueron diversas y variaron en cada una de las personas. Algunas y algunos participantes explicaron que ya contaban con conocimientos en sexualidad, por sus redes de apoyo o las instituciones de las que hacían parte, y es por esto por lo que tenían posturas más autónomas y empoderadas. En cambio, otras y otros participantes no contaban con conocimientos previos por la falta de socialización del tema en sus entornos.

- Los cambios por la pubertad y la asimilación de estos fue una contante en casi todas las historias de vida. Desde allí, algunas personas con discapacidad explicaron cómo se sienten con sus cuerpos y brindaron pistas de cómo sus cuerpos eran percibidos por los otros desde el deseo, el rechazo, para quienes no cumplían con los cánones de belleza convencionales, y el proteccionismo, sobre todo en el caso de las mujeres.
- La persistencia de políticas prohibicionista sigue dejando la sexualidad como "un misterio". Con la intención de proteger a las PCD, sus cuidadoras y cuidadores tienden a ocultar estos temas o prefieren transferírselos a otras personas o entidades, como profesoras, profesores y colegios. Lo anterior, constituye un problema, dado que:
i) no hay garantía de que estos temas se aborden con los ajustes requeridos y **ii)** aún hay brechas respecto al tipo de información con la que se pedagogiza.



- En algunos casos, la falta de socialización e información sobre sexualidad en las familias y espacios educativos, hacen que las personas con discapacidad recurran a otras fuentes para obtener conocimiento sobre el tema "Internet y los relatos de mis amigos suplían la falta de información sobre el cuerpo y la sexualidad" (participantes de la coconstrucción de conclusiones). Eso puede desencadenar desinformación, prácticas de riesgo, violencia sexual y relaciones insatisfactorias. La educación integral para la sexualidad sin discriminación y con los ajustes necesarios es fundamental para el correcto ejercicio de los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las PCD.

- El abordaje de la sexualidad y la relación con el cuerpo suele hacerse exclusivamente desde el riesgo, el cual sin duda existe, pero no es la única dimensión de la vida sexual. Cuestiones como el erotismo, el deseo y el placer son negadas en la mayoría de los casos a las personas con discapacidad por los imaginarios asociados a sus sexualidades (Profamilia, 2018). Esto se traduce en una vulneración a los derechos sexuales: "Dado que el placer es un aspecto intrínseco de la sexualidad, el derecho a buscarlo, expresarlo y a determinar cuándo experimentarlo no debe ser negado a persona alguna." (IPPF, 2008).

Reflexiones sobre sus diagnósticos y sus tratamientos

Algunas y algunos participantes dieron cuenta de cómo eran percibidos por los otros, la conciencia sobre sus diagnósticos y lo que estos significaban en sus entornos. Entre tanto, explicaron sentimientos de vergüenza, miedo al rechazo e incluso, llegaron a cuestionar lo prescrito por el personal de salud en relación con sus discapacidades. También revelaron cómo generaban estrategias para ocultar sus discapacidades y estrategias de integración con sus compañeras y compañeros sin discapacidad.



Además, las y los participantes mostraron las graves problemáticas que trae la ausencia de instituciones especializadas en el acompañamiento y tratamiento de las personas con discapacidad. El mal manejo también está relacionado con los mitos y la falta de sensibilización que tiene algunas de sus redes de apoyo.

Sobre los futuros

La autonomía económica fue un factor recurrente por las y los participantes cuando hablaban de sus posibles futuros. Después de esto, la educación, negocios, parejas, familias, entre otros, fueron parte central en la concepción de sus proyectos de vida.

Dos factores clave son importantes de destacar:

I) A medida que las personas con discapacidad alcanzan la mayoría de edad, tiende a haber una reflexión sobre la relación que tienen con sus familias o las instituciones que les apoyan y su autonomía para desarrollar sus proyectos de vida.

II) Muchos de los proyectos de vida apuntan a la generación de iniciativas para ayudar a las personas con discapacidad y otros grupos poblacionales en situación de vulnerabilidad: "quiero aprender lenguaje de señas"; "en mis planes tengo estudiar psicología y ayudar a mis compañeros de piso en el que estoy"; "(...) crear una fundación, apoyar a las personas que están en situación de calle" (participantes de la co-construcción de conclusiones).

El mensaje es claro, en el marco de este proyecto, las personas con discapacidad requieren de autonomía para vivir sus sexualidades, para diseñar sus proyectos de vida y llevarlos cabo.

Pero además requieren de oportunidades ajustadas a sus necesidades: empleos no precarizados donde puedan obtener autonomía económica, programas

educativos para aumentar su potencial profesional y personal, el reconocimiento como sujetos y sujetas de derechos humanos para abandonar cualquier noción capacitista que limita el desarrollo de sus experiencias de vida, más espacios de socialización que promuevan relaciones de solidaridad e intercambio de conocimientos entre ellas y ellos y, sobre todo, la inclusión de las personas con discapacidad en las investigaciones e intervenciones que se espera implementar con ellas y ellos.

“Las personas con discapacidad requieren de autonomía para vivir sus sexualidades, para diseñar sus proyectos de vida y llevarlos a cabo.”



RECOMENDACIONES

1. Generar balances entre la asistencia brindada y la autonomía: los avances para garantizar la accesibilidad de las personas con discapacidad a los diferentes espacios han sido importantes, aunque hacen falta más. Esto por esto que la asistencia de sus cuidadoras y cuidadores sigue jugando un papel fundamental en la cotidianidad de las PCD. Sin embargo, en muchas ocasiones dicha asistencia termina reduciendo gravemente la autonomía de las personas cuidadas, lo que dificulta su desarrollo personal. Por esto se requieren módulos formativos y acompañamiento psicosocial también para las y los cuidadores a fin de que el apoyo que se le brinda a las PCD abandone el infantilismo y el capacitismo.

2. Libertad financiera para las personas con discapacidad: entre los mayores problemas relacionados con la falta de autonomía de las PCD están la falta de puestos de trabajos diseñados para ellas y ellos y la necesidad urgente de ampliar el alcance de la educación que les capacite. Ambas se relacionan: sin educación formal o informal, las PCD difícilmente pueden vincularse al mercado laboral. Y esta vinculación se dificulta aún más, si se consideran las barreras que este trae cuando de aplicar ajustes en los puestos de trabajos se trata. Y aunque los avances son alentadores, falta mucho por hacer para resarcir una deuda histórica que implica: trabajo y educación inclusiva y universal para las personas con discapacidad.



3. La interdicción no está totalmente eliminada:

a consecuencia de los compromisos adquiridos por Colombia en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas, el país eliminó la interdicción por medio de la Ley 1996 de 2019 (Navas, 2019). Sin embargo, su aplicación sigue siendo un problema, pues muchas personas interdictas ni siquiera conocen que esta fue eliminada y continúan dependiendo de las decisiones que toman otras personas sobre sus propias vidas. Se requiere entonces de: **i)** acciones estatales para investigar a fondo la aplicación de la ley y promover la eliminación total de la interdicción para las PCD en Colombia y **ii)** sesiones de socialización sobre la vigencia de la Ley que elimina la interdicción para complementar las acciones estatales en esta materia.

4. Educación para la sexualidad que también explore el placer:

la hipersexualización, el infantilismo, la desexualización entre otros imaginarios sociales alrededor de las personas con discapacidad (Profamilia, 2018), hacen que la educación para la sexualidad se centre en el riesgo. Esto sin duda es necesario, pero cuando dicho abordaje se traduce en políticas prohibicionistas, como a menudo ocurre, la sexualidad parece ser una dimensión de peligro y/o punitiva.

Desde luego las personas con discapacidad deben conocer acerca de los embarazos a temprana edad y no deseados, las ITS, las violencias sexuales, entre otros riesgos. Sin embargo, también deben conocer sobre el placer, el erotismo, la satisfacción y la exploración de sus propios cuerpos. Esto significaría un gran avance para derribar los imaginarios sobre la sexualidad de las PCD mientras se promueve los derechos sexuales y los derechos reproductivos.

5. Instituciones especializadas en el acompañamiento para las personas con discapacidad:

un acompañamiento y tratamiento que no cuenten con los ajustes adecuados puede desembocar en acciones con daño para las PCD. Según la Resolución 113 de 2020

expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social, en Colombia se reconocen 7 categorías de discapacidad y cada una requiere de unos ajustes particulares. Incluso, dentro de cada categoría, existe diversidad en las discapacidades. Obviar esto, no contribuye al desarrollo las PCD y, por el contrario, puede generar estancamiento a lo largo de sus vidas. Se requieren de recursos formativos, económicos y de infraestructura para que las instituciones que atienden a las PCD puedan brindar servicios adaptados y libres de prejuicios.

6. Es momento de co-crear con las personas con discapacidad: el ejercicio de ubicar a las PCD en el centro de las intervenciones y las investigaciones no debe limitarse a solo realizar los ajustes requeridos y priorizar sus necesidades insatisfechas. Además de esto, los proyectos sociales deben ser co-creados con ellas y ellos. Esto requiere de procesos de innovación para el diseño y pilotaje de metodologías participativas e inclusivas que permitan a las PCD hacer parte de los procesos de formulación. Sin duda, el siguiente paso al Nada sobre nosotros, sin nosotros será: Nada para nosotrxs, sin nosotrxs.

👉 Y aunque los avances son alentadores, falta mucho por hacer para resarcir una deuda histórica que implica: trabajo y educación inclusiva y universal para las personas con discapacidad. 👉

Bibliografía

Acevedo Guerrero, N., Calderón Jaramillo, M., Rivillas, J. C., Murad, R., Meneses, M. X., & Forero L. J. (2018). Imaginarios acerca de la sexualidad y la violencia sexual contra las personas con discapacidad. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.17366.68162>

Almarío Ordoñez, E. (2016, enero-diciembre). La investigación en familias de personas con discapacidad. *PAIDEIA Surcolombiana*, 21(21), 12-26. <https://doi.org/10.25054/01240307.1443>

Balza, I. (2011). Crítica feminista de la discapacidad: el monstruo como figura de la vulnerabilidad y exclusión. *Dilemata*, 3(7), 57-76. https://www.researchgate.net/publication/277057533_Critica_feminista_de_la_discapacidad_el_monstruo_como_figura_de_la_vulnerabilidad_y_exclusion

Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad. (2018). Salud Mental y Discapacidad psicosocial. <https://www.gob.mx/conadis/articulos/salud-mental-y-discapacidad-psicosocial>

Contreras, R. (2002). "La Investigación Acción Participativa (IAP): revisando sus metodologías y sus potencialidades", en J. Durston y F. Miranda (eds.), *Experiencias y metodología de la investigación participativa*, Santiago de Chile: CEPAL.

Departamento Nacional de Planeación. (2013). Política Pública Nacional de Discapacidad e Inclusión Social [Documento Conpes Social 166]. <https://discapacidadcolombia.com/phocadownloadpap/GOBIERNO/CONPES%20No.%20166%20de%202013%20DISCAPACIDAD%20E%20INCLUSION%20SOCIAL.pdf>

Di Giulio, P., Philipov, D., & Jaschinski, I. (2014). Families with disabled children in different European countries. *Families and Societies. Working Papers Series*. (23). <http://www.familiesandsocieties.eu/wp-content/uploads/2014/12/WP23GiulioEtAl.pdf>

Discapacidad Colombia. (2020). Legislación sobre discapacidad en Colombia.
<https://discapacidadcolombia.com/index.php/legislacion>

DISCAPNET. (s. f.). Desarrollo Cognitivo.
<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/salud/discapacidades/desarrollo-cognitivo>

Durston, J., & Miranda, F. (Comp.). (2002). Experiencias y metodología de la investigación participativa. CEPAL.
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6023/S023191_es.pdf

Esguerra, C. (2019). Etnografía, acción feminista y cuidado: una reflexión personal mínima. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, (35), 91-111.
<https://doi.org/10.7440/antipoda35.2019.05>

Gómez Rúa, N. E., Restrepo Ochoa, D. A., Gañán Echavarría, J., & Cardona Arango, D. (2018). La discapacidad desde los enfoques de derechos y capacidades y su relación con la salud pública. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 17(35).
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.rgps17-35.dedc>

Huete García, A. (2019). Autonomía e inclusión de las personas con discapacidad en el ámbito de protección social [Resumen de políticas IDB-PB-305]. BID.
<http://dx.doi.org/10.18235/0001702>

ICBF, Alcaldía Mayor de Bogotá, & Caja de Compensación Familiar –COMPENSAR. (2010). Orientaciones pedagógicas para la atención y la promoción de la inclusión de niñas y niños menores de seis años con Discapacidad cognitiva.
<https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/cartilla-cognitiva-7.pdf>

Inclúyeme. (2019). Modelos sobre los cuales se clasifica la discapacidad.
<https://www.incluyeme.com/modelos-sobre-los-cuales-se-clasifica-la-discapacidad/>

IPPF. (2008). Derechos sexuales: una declaración de IPPF.
https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_spanish.pdf

Manjarres, D. (2012). Apoyo y fortalecimiento a familias para la crianza de niños con discapacidad. *Horizontes Pedagógicos*, 14(1).
<https://horizontespedagogicos.iber.edu.co/article/view/326>

Martín, M. T. (2017). Capacitismo. En R. L. Platero, M. Rosón, & E. Ortega (Eds.), *Barbarismos queer y otras esdrújulas* (pp. 72-81). Bellaterra.

Milán, M. (2017). El Cuerpo como territorio. *Bitácora Urbano Teritorial*, 27(3), 155-160.
<http://dx.doi.org/10.15446/bitacora.v27n3.66907>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). ABECÉ. Enfoque de Curso de Vida
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ABCenfoqueCV.pdf>

OMS. (2006). Concepto de sexualidad.
https://www.amsafelacapital.org.ar/2016/amsafe_v_a_a_la_escuela/esi/02-definicion_sexualidad.pdf

Organización Panamericana de la Salud y Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas. (2016). *Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos*, Cuarta Edición. Ginebra: Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS)

Padilla-Muñoz, A. (2010, enero-junio). Discapacidad: Contexto, concepto y modelos. *International Law: Rev. Colomb. Derecho Int*, (16), 381-414.
<https://www.redalyc.org/pdf/824/82420041012.pdf>

Pallisera Díaz, M., Puyaltó Rovira, C., Fullana Noell, J., Vilà Suñé, M., & Martín Pazos, R. (2015). Una experiencia de investigación inclusiva. *Personas con discapacidad intelectual como asesoras en una*

investigación sobre transición a la edad adulta.
Revista Iberoamericana de Educación, 69(2),
147-166.
<https://rieoei.org/historico/deloslectores/7204.pdf>

Profamilia. (2018). Prevención y Abordaje de la Violencia Sexual en Personas con Discapacidad desde un Enfoque de Determinantes Sociales.
<https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2019/09/Prevencion-y-Abordaje-de-la-Violencia-Sexual-en-Personas-con-Discapacidad-desde-un-Enfoque-de-Determinantes-Sociales.pdf>

Scott, J. W. (2001). Experiencia. Revista de Estudios de Género: La Ventana, 2(13), 42-74.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5202178>

UNFPA. (s. f.). Derechos sexuales y reproductivos.
https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/INFOGRAFIA_DSR.pdf

Vargas Trujillo, E. (2007). Sexualidad... Mucho más que sexo. Una guía para mantener una sexualidad saludable. Uniandes.

Walmsley, J. (2010). Normalisation, emancipatory research and inclusive research in learning disability. Disability and Society, 16(2), 187-205.
<https://doi.org/10.1080/09687590120035807>

World Health Organization. (2015). Ethics in epidemics, emergencies and disasters: research, surveillance and patient care [Training manual].
www.who.int/about/licensing/

