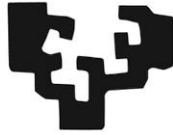


eman ta zabal zazu



Universidad Euskal Herriko
del País Vasco Unibertsitatea

Programa de Doctorado

"La Globalización a examen: Respuestas y Respuestas Interdisciplinares"

Departamento de Filosofía

APROXIMACIONES FENOMENOLÓGICAS DEL CULTO AL CUERPO

Tesis Doctoral

YSABEL NOEMÍ TEJEDA DÍAZ

Doctoranda

**NICANOR URSUA LEZAUN
IÑIGO GALZACORTA MUÑOZ**

Directores

San Sebastián/Donostia

2023

DEDICATORIA

A quienes, en busca de un estilo de vida saludable, lejos de esto... se encuentran atrapados por los patrones impuestos por la sociedad contemporánea, en las prácticas angustiantes del culto al cuerpo.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco inmensamente a nuestro Dios todopoderoso por su inmensa misericordia.

A mis hijos Gabriel y Laura, son ustedes un estímulo continuo para seguir adelante.

A Baltazar Soto Ruiz, compañero de vida, ejemplo de entrega y comprensión.

A mis padres, Héctor Tejeda (EPD) y Carmen Díaz, mis modelos a seguir.

A mis hermanos Crisoly, Yoeli y Stalin, grandes tesoros en mi vida.

Mi respeto y gratitud a mis profesores de la UPV, quienes compartieron sus conocimientos de forma extraordinaria; en especial a Cristina Lasa, Iñigo Galzacorta, Ignacio Ayestarán y José Ignacio Galparsoro, por su receptividad en nuestra estancia.

A los Dres. Andrés Merejo Checo, Mauro Canario Lorenzo y Edickson Minaya, por su especial seguimiento en el desarrollo de esta investigación.

Al Dr. Nicanor Ursua Lezaun, por el acompañamiento continuo, sus aportes puntuales y exquisitos en cada momento.

A Ima Obeso e Irene Zapirain, colaboradoras incansables.

A mis compañeras de aventuras académicas: Yaquelín Altagracia Inoa Tatis, Clevy Heydy Pérez Sánchez y Yicenia Aralís Brito Beltré: amigas, hermanas y cómplices.

Finalmente, quiero agradecer a mi amada Alma Mater... la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD), por ser la cuna de mi formación académica, docente y científica.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	1
AGRADECIMIENTOS.....	2
1. INTRODUCCIÓN.....	5
1.1. Antecedentes.....	12
1.2. Formulación del problema.....	15
1.3. Problema relacionado con la investigación en curso.....	17
1.4. Objetivos de la investigación.....	18
1.5. Idea a defender.....	19
1.6. Metodología de la investigación.....	19
1.7. Recursos metodológicos de citación.....	22
1.8. Estructura de la investigación.....	23
1.9. Delimitación conceptual.....	24
II. SOBRE EL CUERPO.....	26
2.1. Abordaje contemporáneo del cuerpo.....	28
2.2 El cuidado del cuerpo: adopción de un estilo de vida saludable.....	32
2.3. Sometimiento del cuerpo como manifestación del ego, el poder y la dominación	36
2.4. Generalidades del sentido de la existencia corpórea y el significado del cuerpo.....	39
2.5. Posicionamiento crítico frente a la idealización de la imagen femenina.....	46
III. FUNDAMENTACIONES TEÓRICAS EN EL DESARROLLO DE ESTA INVESTIGACIÓN.....	50
3.1. Teoría de la Percepción de Maurice Merleau-Ponty: la esencia de la existencia corpórea en el mundo.....	52
3.1.1. El sujeto-encarnado desde la noción fenomenológica de Maurice Merleau- Ponty.....	56
3.1.2. Formas de expresión del cuerpo desde la mirada fenomenológica.....	58
3.2. Visión sociológica del cuerpo a partir del posicionamiento de David Le Breton.....	62
3.2.1. Implicaciones culturales en la sociedad del culto al cuerpo.....	66
3.2.2. Sobre la antropología de los sentidos: estar presente y vivir el sabor del mundo	71
3.2.3. Dinámicas psicosociales del culto al cuerpo.....	74

IV. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN EL CULTO AL CUERPO	89
4.1. Comportamiento alimentario en el culto al cuerpo: La construcción de lo cotidiano	94
4.2. Representación simbólica de los alimentos: asignación de sentido a las dinámicas alimentarias	100
4.3. Existencia, salud y culto al cuerpo	105
4.4. Patologías asociadas al fenómeno del culto al cuerpo	115
4.5. Aspectos bioéticos del culto al cuerpo	119
V. EL CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESIÓN, DISCURSO Y SIGNIFICADO.....	123
5.1. El cuerpo sometido: la expresión del poder a través de la imagen corporal	126
5.2. El discurso del cuerpo en la sociedad contemporánea: cuerpo y alteridad (cuerpo propio y ajeno)	133
5.3. La búsqueda de significado a través del cuerpo como instrumento de reconocimiento social	141
5.3.1. El papel del cuerpo humano en el comportamiento y reconocimiento social: El aprendizaje social o vicario	148
5.3.2. El cuerpo como producto de la elaboración social	156
5.4. El cuerpo como instrumento de visibilidad en el mundo: la imagen corporal portadora de triunfo y fracaso	159
5.4.1. La condición del cuerpo en la sociedad contemporánea: del bienestar físico a la imagen corporal como reafirmación del espectáculo	168
VI. LA IMAGEN CORPORAL EN EL CIBERMUNDO	174
6.1. Culto al cuerpo en el ciber mundo	175
6.2. El culto al cuerpo en lo digital	189
6.3. El sujeto cibernético como constructor de su cuerpo	194
6.4. Valoración identitaria del cuerpo en el ciber mundo	200
6.4.1. Cyborg manifiesto: sobre las modificaciones corporales	202
6.5. Cuerpo y estética: reafirmación del ideal de belleza	207
CONCLUSIONES	213

1. INTRODUCCIÓN

El cuerpo ha sido planteado desde diversos posicionamientos, lo que ha permitido algunas concepciones ético-morales, socio-económicas y culturales expresadas a través de la piel, mediadas por formas, volúmenes, tonos y texturas. El culto al cuerpo representa una construcción social determinada por el aspecto antropológico y contextual de los individuos. El deseo desmesurado por el alcance de un ideal de belleza es uno de los aspectos puntuales impuestos por la secularidad emergente de la sociedad actual.

Esta investigación parte de la inquietud producto de lo observado en nuestro quehacer cotidiano, como médico especialista en Ciencias de la Alimentación y Nutrición, acerca de una idealización imperante sobre poseer un cuerpo acorde con lo establecido en la sociedad actual. Esto conlleva a someter al cuerpo a un conjunto de prácticas o ritos que, en nombre de la salud, muchas veces son asumidos sin el conocimiento necesario sobre un estilo de vida saludable. Dichas acciones favorecen la fragmentación del individuo como ser ontológico, lo que plantea la necesidad de abordar este fenómeno social del culto al cuerpo desde una mirada transdisciplinar.

El recorrido epistemológico del cuerpo plantea cómo los primeros seres humanos, luego de alcanzar la bipedestación, emprendieron el camino hacia la búsqueda existencial del ser y la razón, a través de su cuerpo. “El cuerpo se constituye no solo como un mero objeto mundano, sino como una contraparte de la naturaleza” (Illescas, 2014, p. 20). Lo cual indica que este avance ergonómico tuvo un impacto trascendental más allá del aspecto bio-físico.

En Occidente, la visión de cuerpo remite a los griegos, quienes establecieron el sentido de belleza como un aspecto esencial entre el ser y el saber, lo cual permitió dio lugar a una cultura referente al cuidado del cuerpo. En Atenas, el ideal de belleza asumido por la educación helenista favoreció al establecimiento de cánones, asumidos gradualmente, que marcaron el inicio del cuidado del cuerpo como un fenómeno de dominación del alma sobre este. Los griegos partían del principio del cuerpo como un microcosmos. En sus escritos, Benavides (2003, p. 45) indica que:

El régimen de vida o dietética para los griegos, es el conjunto de hábitos del cuerpo que constituyen la actividad del hombre, determinantes según la edad, el sexo, los hábitos particulares de cada sujeto y la complejidad del cuerpo, de ahí que se convirtiera en tema principal de divulgación sofisticada entre la población.

Esta población concedía a la higiene del cuerpo una forma de “obligación social” o, visto de otra manera, una responsabilidad individual, así como la obtención de las dimensiones corporales idealizadas a través del incremento de actividades físicas y el sometimiento del cuerpo a disciplinas deportivas como el atletismo, formando parte fundamental del desarrollo social y educativo. “La perfección física externa se consideraba, además, reflejo de rectitud moral. Mantener un buen físico era señal de valor interior” (Pérez y Cordero, 2019, p. 117).

En la antigua Grecia, Platón abordó en el *Fedón* la relación existente entre el cuerpo y el alma como una cuestión condenada al conflicto y al dolor, pues establecía que el disfrute del cuerpo obstaculizaba el alcance de una vida feliz y virtuosa. En sus discursos partía del hecho de que, purificar el alma implicaba una separación del cuerpo, lo cual se lograba renunciando a los placeres obtenidos por medio del cuerpo,

de la carne. Esto viene a señalar la responsabilidad del sujeto en el cuidado del alma y el sometimiento del cuerpo. Siguiendo en esta línea de lo planteado por Platón en sus diálogos, vale la pena traer a colación la cita de Brando (2011, p.7), quien afirma lo siguiente:

En sus *Diálogos*, Platón habla de la función y del valor del alma, no por sí sola, sino en relación con el cuerpo. En *Timeo*, explica la naturaleza del alma, su ubicación y función en el cuerpo: “recibieron el principio inmortal del alma, construyeron el cuerpo mortal, que dieron a aquélla como un carro para que la llevara”. El cuerpo no es más que el vehículo para transportar al alma inmortal y divina (la razón). Pero, además de esta alma inmortal, los dioses colocaron en el cuerpo un alma mortal, la cual funciona como centro de las pasiones.

Este pensamiento permite entender que el cuerpo, además de ser el carruaje del alma, representaba también una prisión. “Mientras tengamos nuestro cuerpo y nuestra alma sumida en esta corrupción, jamás poseeremos el objeto de nuestros deseos; es decir, la verdad” (Brando, 2011, p.11). Platón analizaba la proporción entre cuerpo y alma desde un punto de vista metafísico, cuyo propósito era la búsqueda del bien.

El cuerpo era concebido como la cárcel del alma que permitía la expresión de las acciones asumidas como no correctas de acuerdo a lo establecido éticamente, lo cual limitaba el alcance de la liberación hacia la verdad y el bien. El cuerpo era la irremediable prisión o tumba del alma: “Por su origen material el cuerpo era considerado constitutivamente malo y adverso al origen sano y espiritual del alma que procedía del mundo de las ideas” (Astacio, 2001, p. 2).

El paradigma corporal platónico plantea al hombre como un compuesto fortuito entre la unidad del alma y el cuerpo. En este sentido, el alma antecede al cuerpo y este es inferior al alma, pero, esta, sin el cuerpo, no se manifiesta. Dicho de otro modo, el alma alimenta al cuerpo y el disfrute del cuerpo permite el gozo del alma, pero de forma banal y efímera. Tal cual describe Fierro (2013, p. 13):

El alma es lo que vivifica al cuerpo mortal y lo que puede otorgarle, en la medida en que no esté esclavizada a él, un sentido trascendente. Cuanto más incrementa el ser humano un desarrollo psíquico de este tipo en nuestra existencia actual, mayor participación logra en el proceso del despliegue de la totalidad de la vida, participación que Platón concibe como, de algún modo, perdurable más allá de la muerte y de la desintegración del *sôma*.

Este planteamiento permite apreciar el valor asignado al alma y el poder de esta sobre el cuerpo en que vive y cómo lo somete, lo cual es la construcción ideal que debe asumir el individuo, no así la manifestación libre de la carne que distancia al hombre de su búsqueda de la verdad, “el cuerpo y el alma son descritos como dos entidades radicalmente diversas y vinculadas a estos dos ámbitos ontológicos” (Fierro, 2013, p. 15). De modo que, en los griegos prevaleció una importante dedicación al cuidado del cuerpo a partir de las prácticas de higiene.

La visión medieval incorpora los valores del cristianismo aportando así otras consideraciones a la cultura griega, esta vez de índole teológica, favoreciendo una mirada diferenciadora entre el cuerpo femenino y masculino, visto el primero, en algunas ocasiones como un obstáculo para el alcance de la purificación del alma. En este sentido, Caballero (2008, p. 41) señala:

Las mujeres judías son muy conscientes de haber nacido en un cuerpo femenino. Especialmente cuando se les recuerda cada día al despertarse, en el momento en el que los hombres recitan las «Bendiciones de la mañana», y bendicen a Dios «que no me hiciste mujer».

Esta argumentación permite entender la valoración del cuerpo desde un posicionamiento religioso, por el que se estableció una importante diferenciación entre la anatomía femenina y masculina, asignando una cuota de inferioridad a la mujer, vista como instrumento de seducción que arrastraba al pecado; y, en adición a esto, eran estigmatizados los eventos propios de la fisiología femenina, como la menarquía o primera menstruación, característicos de la maduración sexual secundaria. “La menstruación constituyó uno de los ejes del debate en torno a la inferioridad femenina, al ser utilizada como argumento en las definiciones binarias y jerárquicas del cuerpo humano” (Caballero, 2008, p. 50).

Otro aspecto a tomar en cuenta era la noción de la verticalidad corporal, según la cual la mitad superior del cuerpo era la morada de Dios y en la parte inferior prevalecía el demonio. “Desde esta perspectiva, el cuerpo se consideraba como un conjunto de elementos superpuestos donde lo superior triunfaba sobre lo inferior. Lo superior podía ser visto mientras que lo inferior debía ocultarse” (Jiménez, 2008, p. 215). La belleza del alma y del cuerpo se encontraban definidas por cuestiones dogmáticas: “el alma es lo opuesto al cuerpo, el alma es lo racional, puesto que es un soplo o un haz de luz que moviliza y anima al cuerpo y potencia el intelecto” (Santacruz, 2015, p. 6).

La época del Renacimiento plantea el cuerpo como un referente universal de la belleza en la ciencia y las artes. Las dimensiones estéticamente plasmadas en lienzo

por grandes pintores de la época –tal es el caso del *cuerpo de Vitruvio* (1490), creado por Leonardo da Vinci– permitieron una nueva mirada hacia el cuerpo. “La sistemática alusión a un alma vivificadora del cuerpo y de una mecánica corporal que se consideraba dominada, intensificó el arte del parecer y el embellecer” (Jiménez, 2008, p. 3).

La Modernidad aportó importantes avances en el desarrollo de las ciencias médicas, la creación de centros superiores para cirujanos optimizó el desarrollo de técnicas de disección del cuerpo humano, diversos postulados físicos permitieron el establecimiento de la percusión como método auxiliar para el diagnóstico clínico, así como las bases fisiológicas del aparato circulatorio. Otro aspecto a señalar es el hecho del establecimiento de la higiene en el cuidado del cuerpo como forma de disminuir la aparición de enfermedades, como lo afirman Osta y Espiga (2018, p. 4): “Desde la segunda mitad del siglo XIX, el discurso higienista y pedagógico buscó normalizar y homogeneizar prácticas corporales que se identificaran con el cuerpo sano”.

Desde la mirada del psicoanálisis lacaniano, se puede reflexionar acerca del cuerpo como soporte y medio de manifestación del goce. “Donde más se inscriben los fracasos y embrollos del inconsciente, y los sin sentidos para el sujeto que lo habita y que se ve afectado por ese cuerpo y su goce” (Lacan, 1985, S2). La llegada de la posmodernidad aportó autonomía al sujeto sobre su cuerpo a través del uso de la ingeniería genética, cirugías reconstructivas y uso de la cosmeatría; lo cual ha favorecido las transformaciones de las representaciones socioculturales que imperan en torno al cuerpo y sus implicaciones. En sus escritos, Soengas y Zamorano (2009, p. 4) afirman:

La posmodernidad implica un nuevo régimen de goce, donde toma relevancia el objeto, encarnado en el cuerpo y ya no el Otro. El goce contemporáneo se caracteriza por prescindir del Otro. Goce devastador que justifica las manifestaciones actuales del síntoma, tales como la anorexia y la bulimia.

Si nos atenemos a dicha idea, podemos entender que todas las actividades humanas son corpóreas. Esto es debido a que no sería posible el desarrollo de las mismas sin la presencia del cuerpo. La continua resistencia a los signos de vejez y formas desproporcionadas permiten acciones que van desde una cultura del cuerpo hacia un culto al cuerpo, lo cual, además de simbolizar bienestar, belleza y vigor, una imagen atlética y delgada, es un medio de empoderamiento y de búsqueda de aceptación social.

Luego de plasmar estas consideraciones iniciales, presentamos algunos antecedentes que justifican la elección del tema, la formulación del problema relacionado con la investigación en curso, los objetivos, la idea a defender, la metodología, los recursos metodológicos de citación y, finalmente, la estructura en que se presenta este trabajo de investigación.

1.1. Antecedentes

La promoción de un estilo de vida saludable favorece la práctica de diversas dinámicas cuya finalidad son la esbeltez, la vigorosidad y la longevidad. En tal sentido, la sociedad actual exhibe una cultura cuya visión es reduccionista en cuanto a la apariencia y el culto al cuerpo, sin importar la interioridad del ser humano, de modo que las personas se convierten en espacios de exhibición carente de contenido.

La influencia de la cultura hacia un cuerpo delgado, el conflicto existencial experimentado en algunas etapas de vida, como la adolescencia, y las dinámicas emocionalmente enfermas en el entorno familiar son algunas de las causas del alto índice de patologías alimentarias presentes en la sociedad actual. Así lo plantean Montenegro *et al.* (2006, p.12):

El cuerpo es un claro referente de la expresión emocional, siendo evidente que se expande con la alegría en señal de apertura, de liviandad, y se constriñe con la tristeza, casi como si recayera en el sujeto una pesadez gravitacional. Se podría decir que las emociones "encarnan" en el cuerpo con el consecuente correlato neurológico: taquicardia, sudoración, sequedad de la boca y otro.

En la actualidad, el culto al cuerpo es un fenómeno que ahoga el ámbito social con una gran influencia en muchas áreas. Al respecto, Carrillo *et al.* (2013, p. 468) han expresado cómo “el interés por alcanzar un determinado modelo estético corporal puede afectar al bienestar de las mujeres jóvenes, tanto de aquellas que están sanas como de aquellas que padecen alguna enfermedad relacionada con el modelo estético corporal”. El planteamiento de estos autores permite la reflexión acerca de cómo algunas conductas inadecuadas pueden favorecer la aparición de ciertas acciones

obsesivas en algunas patologías, como la vigorexia y los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), incorporando de forma electiva y continua los procedimientos de cirugía estética, debido a la existencia de una insatisfacción permanente, la cual se presenta actualmente en todas la etapas de la vida y en ambos sexos.

Un estudio realizado por Vera (2008) en la Universidad de Granada indica que la ofuscación con el volumen corporal está tan generalizada que es incluso impulsada por profesionales de la salud A través de un sondeo realizado a 132 terapeutas, encontraron que, a pesar de no ser especialistas en temas de nutrición, el 68% sugerían ocasionalmente seguir regímenes dietéticos específicos.

Por otro lado, Casillas *et al.* (2006) realizaron una investigación con 158 personas en las cuales se observó la relación entre el grado de insatisfacción con su imagen corporal y su índice de masa corporal, esto es, la relación entre su peso y la talla o estatura. En general, el 84% de la población tenía algún grado de insatisfacción con su imagen corporal.

En tanto que, Pérez y Romero (2008) exponen un trabajo que presenta una primera aproximación al tema de la percepción corporal en dos grupos de mujeres oaxaqueñas entre 15 y 50 años, uno de origen indígena y otro mestizo, en el cual se observó que las mujeres de la costa tienen más problemas de sobrepeso y obesidad, se perciben siete veces más gordas que el grupo en comparación y les gustaría ser delgadas, incluso a algunas hasta prefieren estar desnutridas por defecto o bajo peso, a diferencia de las mujeres indígenas de la Sierra. Del mismo modo, se comienzan a detectar algunos casos de mujeres que presentan anorexia y bulimia en este lugar.

En México, la investigación realizada por González (2013), en la que se aplicó el *Body Shape Questionnaire* (BSQ) o Cuestionario de la Imagen Corporal a un grupo de 20 mujeres (diez de estas pertenecían a un grupo de estudios de postgrado y las otras diez participantes asistían a un gimnasio), con el objetivo de describir la percepción de su imagen corporal, así como de identificar el nivel de satisfacción corporal con el índice de masa corporal, los resultados obtenidos muestran que, en el caso de las mujeres que cursan el nivel de postgrado, a medida que aumenta la altura y el peso, aumenta el nivel de insatisfacción corporal. No obstante, al aumentar el índice de masa corporal disminuye ligeramente su nivel de insatisfacción con la imagen corporal.

En ese orden, Prudencio (2015) realizó la investigación titulada “Culto al cuerpo: salud o enfermedad”, cuyo objetivo general estuvo enfocado en la vigorexia, los TCA y la cirugía estética para establecer el alcance de afectación de estas prácticas en la población actual. Los resultados generales muestran que un 62% tienen una preocupación leve por su imagen corporal; un 36%, una preocupación moderada; mientras que solo un 2%, una preocupación grave.

De igual manera establecen que, respecto al riesgo de desarrollar un trastorno del comportamiento alimentario, un 29% tiene posibilidad de padecerlo, mientras que un 71% no llevan a cabo conductas peligrosas. Las conclusiones de este estudio arrojaron que la obsesión de la población por el culto al cuerpo, se está convirtiendo en el factor desencadenante de estos trastornos, tales como la vigorexia y los trastornos de la alimentación, junto con la influencia de los factores socioculturales, por lo que se deben agotar esfuerzos para motivar la reflexión sobre esta problemática en la sociedad.

En concordancia con estos resultados, Martínez (2014, p. 17) asumen lo siguiente:

El fenómeno del culto al cuerpo se ha hecho cada vez más presente en las sociedades complejas contemporáneas, y la alimentación y el ejercicio físico se han convertido en dos de los medios más destacados para seguir los valores hegemónicos sobre el cuerpo.

En nuestro país, República Dominicana, se evidencia un incremento de actividades relacionadas con el culto al cuerpo, como son la oferta de diferentes cadenas de gimnasios, centros de cosmeatría, masajes corporales, comidas y suplementos *fitness*, así como una tendencia en aumento de cirugías bariátricas y estéticas, sin embargo, no se han encontrado antecedentes de investigaciones realizadas con respecto al tema en cuestión hasta el momento.

1.2. Formulación del problema

Existe una importante presencia de la idealización de la imagen personal y la presencia que cada uno posee, la cual se ve reflejada en una mayor demanda de todo tipo de servicios y productos, así como de las prácticas o actividades relacionadas con ello. Siguiendo esta línea de pensamiento, cada vez se adhieren una mayor cantidad de sujetos, de ambos sexos, que ambicionan tener un cuerpo perfecto o de una belleza similar al de algunas figuras famosas.

Este planteamiento existe simultáneamente con el deseo de no envejecer; o, dicho de otra manera, se busca enmascarar los signos del envejecimiento, ya que lo primero, desde el punto de vista anatómico, fisiológico y bioquímico, no es posible. Se piensa que la belleza consiste en tener unos “rasgos perfectos” o unas “medidas ideales”; con esta intención se someten a procedimientos de cosmeatría y quirúrgicos plásticos altamente invasivos para así obtener modificaciones del cuerpo planteadas por la

moda en vigencia. O bien, se dedican a la práctica de severos regímenes alimenticios y/o de intensos ejercicios gimnásticos o deportivos, lo cual en algunas clases sociales es difícil de mantener debido a la gran inversión económica que este estilo de vida implica.

La selección del tema corresponde a una secuencia de varios años de investigación sobre la desnutrición por exceso y sus implicaciones biopsicosociales. Esta dinámica disfuncional presenta sus inicios desde las antiguas civilizaciones con el desarrollo de diversas prácticas, incluyendo algunas que representaban dolor, sacrificio extremo y hasta barbarie.

En la actualidad se observa cómo los individuos, en diferentes etapas de su vida y pertenecientes a distintos estatus socioeconómicos, presentan rasgos de esta conducta, de modo que afecta por igual a los individuos de diferentes extractos sociales, tanto jóvenes como adultos y ancianos, de ambos sexos.

En tal sentido, el presente trabajo se sitúa en el abordaje de una problemática de la sociedad contemporánea en cuanto a las prácticas bio-psico-sociales que involucran el alcance de un supuesto de salud y belleza en un contexto donde la imagen representa un constructo de status que permiten el establecimiento del cuidado del cuerpo como un culto o rito inducido por los diversos lineamientos que componen la trama del individuo como ser ontológico.

1.3. Problema relacionado con la investigación en curso

El cuidado del cuerpo es una tendencia de la postmodernidad. Mantenerse en el peso “ideal”, cumplir con ciertos cánones de belleza y de estética, estar sano, hacer ejercicio, beber los famosos ocho vasos de agua al día, tomar suplementos vitamínicos, hacer dietas o alimentarse con malteadas, que supuestamente contienen todos los nutrientes necesarios para un cuerpo saludable y delgado, son parte de la demanda que exige el mundo de hoy, no solo en el ámbito de la moda, sino también en el familiar, laboral y en cualquier profesión. Cabe preguntarnos entonces: ¿Qué representa una mirada fenomenológica de las principales prácticas bio-psico-sociales cotidianas en el desarrollo del culto al cuerpo?

En la sociedad del “culto al cuerpo” se ha instalado un nuevo ideal que sobrepasa al ya existente, que promueve el alcance de un estándar de salud, el de estar en forma. Aunque ambos conceptos suelen usarse de forma ambivalente, aluden a ideas diferentes. En el caso de “salud”, es un concepto normativo, propio de la sociedad tradicional y que traza el límite entre lo normal y lo anormal. ¿Cómo indagar desde la transdisciplinariedad el culto al cuerpo articulado a lo micro y macro social?

La salud es un estado concreto, deseable y correcto, en tanto que puede definirse, describirse y evaluarse con precisión. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (s.f.): “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Se trata de una condición física y psíquica que permite satisfacer las exigencias de la sociedad; la salud le permite al individuo responder al papel que se le ha encomendado. Entonces, ¿cómo las dinámicas existentes en el culto al cuerpo idealizan el comportamiento alimentario?

Existe una tendencia en aumento en la sociedad actual que estimula la búsqueda de una imagen corporal delgada, que involucra valores culturales y económicos. El consumismo ha afectado como un dogma expresado en las dimensiones anatómicas del cuerpo humano, apreciándose este a partir de una belleza idealizada. “Una imagen física atractiva es una condición de la vida social moderna, forma parte del proceso de producción. Por consiguiente, lo bello ha sido utilizado para fomentar el mercado, convirtiéndose en una norma” (Aguilar y Villagrán, 2010, p. 25). A partir de esta consideración: ¿cómo las dinámicas existentes en el culto al cuerpo idealizan el comportamiento alimentario?

El acto de comer tiene un profundo significado social, que está determinado por los aportes de la crianza recibida, la disponibilidad de insumos alimentarios y la capacidad de compra del sujeto. “La transformación que han sufrido los sistemas normativos que regulan a la vida social y familiar en un aspecto tan fundamental como la alimentación, afectan directamente en el comportamiento alimentario de los sujetos” (Torres *et al.*, 2012, p. 4). ¿Cómo se pueden prever algunas implicaciones de las prácticas del culto al cuerpo desde la subjetividad social?

1.4. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Indagar desde el abordaje fenomenológico algunas prácticas derivadas del culto al cuerpo.

Objetivos específicos

- Identificar las principales prácticas bio-psico-sociales cotidianas en el desarrollo del culto al cuerpo.

- Determinar las dinámicas existentes en el comportamiento alimentario a partir del enfoque fenomenológico.
- Abordar la multidimensionalidad del culto al cuerpo.
- Prever algunas implicaciones de las prácticas ejercidas en el culto al cuerpo desde la subjetividad social.

1.5. Idea a defender

El culto al cuerpo es un fenómeno emergente con gran influencia en la dinámica cotidiana que involucra una cultura del ego, la dominación y el consumo, por el cual el sujeto centra su discurso-real en el alcance de una imagen socialmente establecida. En la persecución del ideal del culto al cuerpo, el sujeto incurre en prácticas no saludables.

1.6. Metodología de la investigación

La presente investigación se enmarca dentro del paradigma cualitativo. Al decir de Fuster (2019, p. 56): “La investigación cualitativa consiste en descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos, que son observables. Además, incorpora lo que los participantes dicen, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones, tal y como son expresadas por ellos mismos”.

En cuanto al diseño seguido, como ya se ha señalado, corresponde al método fenomenológico, desde la concepción de la fenomenología de la percepción de Maurice Merleau- Ponty:

La adquisición más importante de la fenomenología estriba, sin duda, en haber unido el subjetivismo y objetivismo extremos en su noción del mundo o de la racionalidad. El mundo fenomenológico es, no ser puro,

sino el sentido que se transparenta en la intersección de mis experiencias y en la intersección de mis experiencias con las del otro, por el engranaje de unas con otras; es inseparable, pues, de la subjetividad e intersubjetividad que constituyen su unidad a través de la reasunción de mis experiencias pasadas en mis experiencias. (Merleau-Ponty, 1975, p.19)

De modo que el método fenomenológico está orientado a la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida, al reconocimiento del significado del valor de esta experiencia. “La percepción ocupa un lugar privilegiado en el pensamiento de Merleau-Ponty, pues constituye el punto axial de nuestras múltiples referencias a la realidad (en el exterior) y, a partir de ella, al interior de nuestro ser” (González y Jiménez, 2011, p. 2).

Volviendo al pensamiento de Merleau-Ponty, me gustaría traer a consideración esto que dice:

Ahora que tengo en la percepción la cosa misma, y no una representación, agregaría solamente que la cosa está al final de mi mirada y, en general, de mi exploración; sin suponer nada de lo que la ciencia del cuerpo del otro pueda enseñarme, debo comprobar que la mesa frente a mí mantiene una relación singular con mis ojos y con mi cuerpo. (Merleau-Ponty, 1970, p. 20)

De modo que comprender al ser humano dentro y a través de su realidad, resituar su esencia dentro de la existencia, a partir de la percepción y la conciencia, corresponde a algunos planteamientos del estudio de los fenómenos emergentes en los sujetos como seres ontológicos, ya que el sujeto no se reduce solo a hechos físicos,

pues intentamos comprenderlo en su totalidad. Rizo (2015, p. 27) ha indicado que es importante:

Encontrar la relación entre la objetividad y subjetividad, que se presenta en cada instante de la experiencia humana. La trascendencia no se reduce al simple hecho de conocer los relatos u objetos físicos; por el contrario, intenta comprender estos relatos desde la perspectiva valorativa, normativa y prácticas en general.

La aproximación a ese mundo que “está ahí” latente a partir de una realidad construida que espera ser descrita constituye una de las principales tareas de la fenomenología, la cual representa el estudio de la esencia, y es un “modo de ver” por el que la conciencia es el ámbito en el que se hace presente la realidad y se caracteriza por la intencionalidad. “La fenomenología es el estudio de los fenómenos, o sea, de lo que aparece en la conciencia; es un inventario de la conciencia como medio del universo” (Comte-Sponville, 2005, p. 227).

Este planteamiento se corresponde al modo de estudiar la experiencia vivida en el desarrollo de las dinámicas existentes de quienes viven el fenómeno social del culto al cuerpo bajo un enfoque naturalista interpretativo vivencial, el cual supone, por un lado, la construcción del sentido de la experiencia vivida y, por otro, distintos modos de construir ese sentido. Propone una aproximación a los fenómenos emergentes de las dinámicas existentes del cuidado del cuerpo humano como culto o rito, a partir de diversas estrategias de indagación, así como constatar una gama de alternativas inherentes a esta condición multicausal para entender algunos posicionamientos ligados a dichas prácticas. “En rigor, se diría que el cuerpo no es independiente del

mundo, sino que, por medio de la percepción, el cuerpo y el mundo permanecen entrecruzados” (González y Jiménez, 2011, p. 1).

Una mirada desde la fenomenología a las acciones que conforman la práctica cotidiana en el existir del hombre permite un reto de grandes dimensiones personales y colectivas, que colocan al desnudo algunas cuestiones del devenir humano como la preocupación del alcance de la salud, pero que involucran cuestiones alejadas de tales principios. Continuando con la idea de Fuster (2019, p. 207), podemos afirmar que:

La fenomenología por su naturaleza se enfoca en las vivencias y destaca el sentido que envuelve lo cotidiano, el significado del ser humano, es decir, la experiencia que somos. La fenomenología es sensible a la problemática desatada en torno al mundo de la vida.

La presente investigación establece una mirada desde la perspectiva fenomenológica a las prácticas incorporadas en la cotidianidad de los sujetos que viven la dinámica del culto al cuerpo. Para este tipo de individuos, como parte de un colectivo, la representación de dichas acciones corresponden al sentido, la utilidad y el significado que estos asumen a partir de las relaciones sociales que se establecen en los entornos de actividad física y que parten de la experiencia previa, la cual, puede ser propia o asumida; esto permite la identificación de las relaciones dialécticas entre las diferentes posturas teóricas que se abordan en el siguiente capítulo.

1.7. Recursos metodológico de citación

El modelo de redacción para la presentación del texto académico seleccionado para la presente investigación sigue los lineamientos de la séptima edición del estilo APA

de citas y lista de referencias elaborado por la Asociación Americana de Psicología (American Psychological Association, 2019).

1.8. Estructura de la investigación

Esta investigación se desarrolla en seis capítulos. En el primer capítulo, se plantean los aspectos introductorios. El segundo capítulo, con el título “Sobre el cuerpo”, se presentan algunos lineamientos contemporáneos en cuanto al estilo de vida, el sentido de la existencia y significado del cuerpo. El tercer capítulo se enmarca en la perspectiva y el contexto teórico del problema, por lo que presenta los conceptos, los postulados, los enfoques y las líneas de pensamiento en relación con los aspectos simbólicos del culto o rito al cuerpo.

A la altura del cuarto capítulo, se presenta el abordaje fenomenológico de las prácticas alimentarias en el culto al cuerpo, a partir de los aspectos del comportamiento alimentario y considerando aquellos alimentos susceptibles de ingesta por los sujetos, como parte de la construcción de lo cotidiano.

El quinto capítulo se dedica a explorar algunas reflexiones sobre el cuerpo como medio de expresión, discurso y significado. El sexto capítulo da cuenta de la valoración identitaria del cuerpo en la era del ciber mundo, así como los efectos sociales que estas producen. Se da cuenta del sujeto cibernético y del *cyborg* en el posthumanismo, y se aborda la idea del perfeccionamiento del cuerpo a través de las cirugías y la biotecnología, así como el uso de la tecnología para la satisfacción del cuerpo.

Para finalizar, se presentan las conclusiones de la autora, donde convergen diversos aspectos para la construcción de la conciencia respecto a la delimitación del ser, del cuidado del cuerpo, así como del culto al cuerpo, visto este último como una patología de la postmodernidad, desde un posicionamiento filosófico. Asimismo, se plantean

algunas reflexiones para el alcance de la consciencia del ser y poseer un cuerpo, de cara al desarrollo de futuras investigaciones.

1.9. Delimitación conceptual

Este apartado tiene como propósito establecer algunos conceptos utilizados en la investigación.

- a) **Alimentación:** serie de actos voluntarios y conscientes que consisten en la selección, preparación e ingesta de alimentos, los cuales son susceptibles de modificación por aspectos educativos, económicos, sociales y religiosos.
- b) **Corporalidad:** conjunto características observables que tiene un cuerpo y que pueden ser verificadas por medio de la observación del mismo.
- c) **Corporeidad:** es la forma de expresión del cuerpo vivido como resultado de la experiencia propia. Desde el posicionamiento fenomenológico, es la forma de hacer presencia en el mundo. Existimos en el mundo por medio de nuestro cuerpo.
- d) **Cuidado corpóreo:** son todas las acciones ejecutadas por el sujeto, con el propósito de mantener o alcanzar el bienestar físico, en cuanto a la salud y la apariencia.
- e) **Dieta:** régimen de consumo de alimentos en cuanto a grupos, frecuencia y tamaño de porciones de los alimentos.
- f) **Estilo de vida:** corresponde al modo de vida en que los sujetos asumen en su cotidianidad, integra los hábitos de higiene corporal, alimentación, actividad física, mecanismos de afrontamiento social y manejo del estrés.

- g) **Nutrición:** Conjunto de procesos bioquímicos que se desarrollan en el organismo para la obtención de la energía requerida para la manutención de la vida.
- h) **Suplementación:** prescripción de un preparado farmacéutico con la finalidad de responder a una demanda o requerimiento nutricional ante una deficiencia alimentaria.
- i) **Suplementos nutricionales:** formulación elaborada por la industria farmacéutica para complementar los requerimientos diarios de nutrientes.

II. SOBRE EL CUERPO

“El propio cuerpo está en el mundo como el corazón en el organismo: mantiene continuamente en vida el espectáculo visible, lo anima y lo alimenta interiormente, forma con él un sistema”

Maurice Merleau-Ponty

Fenomenología de la Percepción (1999).

El concepto “cuerpo” siempre ha estado muy presente en la cotidianidad de las civilizaciones, y, de acuerdo a la época y contexto, se le atribuyen diferentes significados. En el contexto bio-social, la palabra cuerpo, que procede del latín *corpus*, se define como un espacio que delimita nuestro ser con el hábitat. Una frontera que delimita las estructuras utilizadas para la interacción con todos y todo lo que nos rodea.

La dedicación por el cuidado del cuerpo y la imagen corporal que los demás perciben de nosotros siempre ha sido un tema muy presente a lo largo de las diferentes épocas. Hasta finales del pasado siglo XIX, la valoración del cuerpo se planteaba en relación con los estándares de belleza vigentes, sin tomar en cuenta otros aspectos del sujeto. Llama la atención la consagración de la cual el cuerpo es objeto. Es como si el sujeto no experimentara ninguna satisfacción consigo mismo, viviendo constantemente preocupado por cómo los demás perciben su apariencia. Esto da paso a un constante sometimiento del cuerpo a modificaciones que responden al sentido y las valoraciones asignadas al mismo.

Al hablar de la cultura del cuerpo, se entiende el concepto de cultura, de acuerdo a su procedencia etimológica: del latín *colo, colere*, que significa “cultivar o cuidar”. En este sentido, el cuerpo es sujeto y es objeto de la cultura, acorde con la subjetividad cambiante del entorno, la cual obedece a la influencia ejercida por los diferentes espacios, como los medios de comunicación, que promueven una cultura de un consumo excesivo de diversos productos, que prometen bienestar y salud, y que se expresa en el logro de una imagen corporal que se acerca a lo ideal.

2.1. Abordaje contemporáneo del cuerpo

El cuidado del cuerpo representa una de las mayores expresiones culturales de nuestros días. La actual es una era de la imagen, caracterizada por el culto al cuerpo, que se expresa como la obsesión por el estado del propio físico, que conduce a llevar una vida centrada en los ritos para mantener, o conseguir, o tener un determinado aspecto, casi siempre evocando a la juventud, esto es, aparentar menos edad de la que se tiene y exhibir una imagen esbelta o delgada. Esta búsqueda implica la prevalencia de la imagen sobre el sujeto a expensas de llegar a justificar el dolor. Todo esto porque existen prejuicios hacia aquellos que poseen un cuerpo diferente al impuesto por la sociedad actual, caracterizado por dimensiones anatómicas con músculos tonificados y poca o nada grasa corporal subcutánea, aunque esto no concuerde con la etapa de vida en que se encuentra el sujeto.

En el culto al cuerpo no se trata de ser joven, al fin y al cabo, es algo que pasa y se pasa, sino de aparentarlo, por eso es necesario afanarse de forma continua. En sus escritos, Russell (2012, p. 5) considera que: “En la vida diaria aceptamos como ciertas cosas que, después de un análisis más riguroso, nos aparecen tan llenas de evidentes contradicciones, que sólo un gran esfuerzo de pensamiento nos permite saber lo que realmente nos es lícito creer”. Atendiendo a esta afirmación, podemos entender que la aproximación a este fenómeno social que viven los sujetos en el culto al cuerpo, requiere de un sentido reflexivo para percibir sin condicionar el fenómeno percibido.

En el fondo de sus interesantes escritos sobre la relación del sujeto y su cuerpo, Merleau-Ponty (1970, p. 21) plantea lo siguiente:

El hombre «natural» que tiene los cabos bien atados, piensa a la vez que su percepción entra en las cosas y que se produce en su cuerpo. ¿Qué

sucedería si yo considerara no sólo mis visiones sobre mí, sino también las visiones de otro sobre sí y sobre mí? Ya mi cuerpo, como director escénico de mi percepción, hizo estallar la ilusión de una coincidencia entre mi percepción y las cosas mismas. Entre ellas y yo hay ahora poderes ocultos, toda esa densidad de fantasías posibles que mi cuerpo sólo mantiene a raya con el acto frágil de la mirada. Sin duda, no es exactamente mi cuerpo el que percibe: sólo sé que puede impedirme percibir, que no puedo percibir sin su permiso.

Según este filósofo, cuya metodología nos sirve de base y que pretendemos seguir, existe una valoración del sujeto sobre la apariencia de su cuerpo, con lo cual se sitúa ante el mundo, pero, además, importa el hecho de cómo el otro lo percibe. Por lo tanto, al calor de este importante posicionamiento, consideramos que el abordaje de las dinámicas establecidas en el culto al cuerpo permite una mirada desde el pensamiento fenomenológico de Merleau-Ponty, quien, en su obra *Fenomenología de la percepción* (traducida al castellano en 1994, p.7) establece que la fenomenología:

Es el estudio de las esencias y, según ella, todos los problemas se resuelven en la definición de las esencias: la esencia de la percepción, la esencia de la consciencia, por ejemplo. Pero la fenomenología es asimismo una filosofía que re-sitúa las esencias dentro de la existencia y no cree que pueda comprenderse al hombre y al mundo más que a partir de su “factilidad”. Es el ensayo de una descripción directa de nuestra experiencia tal como es, sin tener en cuenta su génesis psicológica ni las explicaciones causales que el sabio, el historiador o el sociólogo puedan darnos de la misma.

Está claro que la esencia no es el fin, sino que es un medio, pues lo que hay que comprender es nuestro compromiso fáctico con el mundo.

Merleau-Ponty parte del principio de que el cuerpo asume los significados de los fenómenos que forman su mundo, a partir de la descripción e interpretación de las estructuras fundamentales de la experiencia vivida y al reconocimiento del significado del valor de la experiencia. En cuanto a la construcción del cuerpo como objeto en el centro de la experiencia vivida, el mismo autor nos dice:

La génesis del cuerpo objetivo no es más que un momento en la constitución del objeto, el cuerpo, al retirarse del mundo objetivo, arrastrará los hilos intencionales que lo vinculan a su contexto inmediato y nos revelará, finalmente, tanto al sujeto perceptor como al mundo percibido. (Merleau-Ponty, 1994, p. 91)

Al igual que Husserl, Merleau-Ponty plantea que la intersubjetividad es la base del mundo social, pero partiendo de la coexistencia, considerando al cuerpo propio para explorar la intersubjetividad. Siguiendo en esta misma línea, vale la pena traer a colación la cita de Coca *et al.* (2011, p.31), quienes afirman lo siguiente:

El esfuerzo por constituir una teoría fenomenológica de imaginarios sociales retoma entonces la idea de un mundo social experiencial con producción de significaciones compartidas, en donde aquello que finalmente consideramos los seres humanos como realidad social no es otra cosa que institución social.

Esta reflexión permite abordar la realidad social como un entramado producto de la interacción entre sujetos que comparten un espacio geográfico y, por tanto, experiencias vividas. La teoría fenomenológica del cuerpo, desde el

planteamiento de Husserl, se desarrolla a partir del papel subordinado que tenía el cuerpo en el pensamiento cartesiano, y es Merleau-Ponty quien, a partir de esta idea husserliana del cuerpo, le concede al cuerpo el ‘estatuto’ teórico que le había sido negado; y el giro que hace Merleau-Ponty es pasar de la fenomenología de la vida a la fenomenología de la carne (*Chair*), estableciendo que la conciencia reflexiva vive corporalmente y se expresa a través de un cuerpo.

Al respecto, Gallo (2006, p. 3) afirma que, cuando Merleau-Ponty en su ontología se refiere al concepto de carne, no representa la mera materialidad de la existencia, la carne no es materia, no es espíritu y no es sustancia. Con el concepto de carne (*Chair*), el autor pretende la superación del dualismo sujeto y objeto, y del cuerpo propio fenomenal y cuerpo objetivo.

Es a partir de este posicionamiento que nuestro autor, Merleau-Ponty, expresa la intencionalidad del cuerpo como instrumento del ejercicio de lo humano desde la experiencia vivida como carne, la esencia del ser. De modo que el aspecto central de la conceptualización de “carne”, desde la mirada de Merleau-Ponty, parte de la postura fenomenológica según la cual el cuerpo no representa la sumatoria de sus partes sino que se establece como el conjunto de todas ellas articuladas entre sí. Como veremos en Merleau-Ponty (1970, pp. 324, 325), esa totalidad orgánica está implicada en todas las acciones y las reacciones del sujeto:

La carne es el hecho de que mi cuerpo es pasivo-activo (visible-vidente), masa en-sí y gesto. La carne hace visible que soy, que sea vidente, mirada o lo que es lo mismo, tiene un dentro más el hecho de que lo

visible exterior es también visto, es decir, que tiene una prolongación, en el recinto de mi cuerpo.

Por tanto, esa visibilidad del cuerpo en el mundo que habita gesta una experiencia vivida. La fenomenología del cuerpo, desde la idea de Merleau-Ponty, plantea una nueva mirada para abordar la dimensión corpórea de la existencia humana y ofrece una nueva visión sobre el saber del cuerpo. De modo que el cuerpo es más que una realidad observable como objeto, representa una dimensionalidad del propio ser, pues como establece la fenomenología de la existencia corpórea, el cuerpo es nuestro medio de ser-hacia-el-mundo.

2.2 El cuidado del cuerpo: adopción de un estilo de vida saludable

La promoción de un estilo de vida saludable favorece la práctica de diversas dinámicas a fin de lograr longevidad, esbeltez y vigorosidad. Pensar en el bienestar físico supone la promoción de acciones en que se incorporan la selección adecuada de los alimentos, la realización de actividad física y la utilización de los servicios sanitarios acorde a la etapa de vida correspondiente. Esto implica la adopción de un estilo de vida saludable para el cuidado de la imagen corporal. “Un estilo de vida saludable es el conjunto de actividades que una persona, pueblo, grupo social y familia realiza diariamente o con determinada frecuencia; todo depende de sus conocimientos, necesidades, posibilidades económicas, entre otros aspectos” (Pedraza, 2010, p. 6).

En tal sentido, el abordaje de la salud pública, en cuanto a la adopción de estilos de vida saludables corresponde al enfoque preventivo dentro del esquema sanitario de los pueblos. Es responsabilidad de las autoridades la promoción de un estilo de vida saludable, utilizando las herramientas necesarias que provean a la población de la

educación alimentaria y nutricional, así como el nivel de actividad física adecuado para el cuidado de la salud de forma integral. Ramírez (2019, p. 105) ha escrito al respecto lo siguiente:

La promoción de la salud no se limita a parámetros y medidas saludables, el estilo de vida saludable se fomenta mediante el uso de imágenes, eslogan e ideas en las que se anuda la salud con el “verse y sentirse bien”.

Las dinámicas establecidas por las políticas públicas del sector salud tienen como objetivo empoderar a los ciudadanos desde una visión preventiva para el alcance de tales objetivos. Por lo tanto, es importante dimensionar las condiciones geográficas y sociales, así como la capacidad de compra de la familia; en sentido general, se debe fomentar el seguimiento de prácticas que delimitan la vida de la población. En tal sentido, Ramírez (2019, p. 18) plantea lo siguiente:

El abordaje de la relación entre el peso y el cuerpo, desde una mirada médico científica, enfatiza a la obesidad como un problema de salud pública que debe ser regulada y curada partiendo de la implementación de planes y programas gubernamentales.

Estas aseveraciones conectan con la libertad noética o de pensamiento del sujeto, quien construye un estilo de vida saludable a partir de la educación aportada por las políticas públicas del sector salud. Por otro lado, poseer y sentirse con salud es un constructo que, además de asumir las prácticas recomendadas por los profesionales, implica la satisfacción del individuo con su cuerpo. Vale la pena traer a colación a Foucault (2008, p. 11) cuando dice: “La vigilancia impuesta sobre las medidas del cuerpo saludable, por parte del sector salud, se ha introyectado en cada uno de los imaginarios sociales en los de la búsqueda por un estilo de vida saludable y de un

cuerpo sano”. En sus escritos, Foucault expresaba ideas sobre el cuerpo, la naturaleza humana y su relación con la sociedad, y procuró comprender cómo las concepciones de belleza física y de consumo surgen como problemáticas puntuales e influyentes en los pensamientos básicos que las personas establecen como imaginario social.

Ahora bien, el establecimiento de un estilo de vida saludable impone, además de la sistematización de cuidados cotidianos de alimentación, ejercicio y el manejo del estrés, la valoración de la imagen como sentido de pertenencia del cuerpo vivido y trabajado, lo cual fomenta el acompañamiento de una forma de vida en la que los deseos y placeres van dirigidos a que el sujeto se sienta bien con el propio cuerpo. El alcance de esta condición asume una serie de pedagogías corporales que tecnifican las prácticas sociales en concordancia con el contexto del individuo.

La utilización de regímenes dietéticos con un predominio de consumo de algunos de los grupos de alimentos con porciones no equilibradas contribuye a la aparición de diversas patologías, especialmente a nivel digestivo y endocrino-metabólico. De igual modo, el uso de suplementos en diversas presentaciones, que en ocasiones sustituyen una de las ingestas, entra en contradicción con lo recomendado por los profesionales en cuanto a que una ingesta adecuada en calidad y cantidad de los diferentes grupos de alimentos favorece un apropiado estado de salud en todos los sujetos, siendo el desequilibrio del mismo una de las principales causas de diversas patologías crónicas degenerativas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004, p. 14) establece que “el gasto energético asociado a la actividad física es una parte importante de la ecuación de equilibrio energético que determina el peso corporal”. Un consumo calórico por

encima de los requerimientos favorece la aparición de la desnutrición por exceso, esto es, el sobrepeso y la obesidad.

En tal sentido, la desnutrición es un estado de desequilibrio nutricional como resultado de un consumo no adecuado de nutrientes para satisfacer los requerimientos fisiológicos normales. En tanto que los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) corresponden a condiciones mórbidas que afectan el desarrollo de la cotidianidad en los aspectos social, afectivo, laboral, intelectual y económico del sujeto que la padece.

Actualmente la desnutrición por exceso implica el sobrepeso y la obesidad (ambos términos se usan recíprocamente). “El sobrepeso se refiere a un exceso de masa corporal comparado con la talla, mientras que la obesidad se refiere a un exceso de grasa corporal” (Sánchez *et al*, 2004, p.6), y tiene presencia en todos los horizontes sociales y etapas de la vida a nivel mundial, donde los individuos en crecimiento y desarrollo representan un grupo vulnerable. Constituye una amenaza para la salud pública debido a la tendencia en aumento, estableciéndose como la epidemia del siglo XXI, debido a que forma parte del síndrome XX, dicho síndrome se asocia a la hipertensión arterial, la obesidad y la diabetes mellitus. Las ideas presentadas por De Espinosa y Serrano (2017, p. 121) sobre las implicaciones de esta patología, se centran en el siguiente argumento:

Aunque la obesidad y sus comorbilidades constituyen un reto para la salud pública a nivel mundial, no lo es menos acabar con el hambre que afecta a millones de personas. Los desequilibrios sociales y económicos son la causa de que se mantengan grandes diferencias en salud y que la sobrecarga ponderal coexista con la desnutrición en determinadas regiones. Los países de economía emergente se encuentran abocados a una doble carga de

malnutrición: mientras luchan por erradicar las enfermedades infecciosas y la desnutrición, se enfrentan al aumento de las patologías no transmisibles asociadas a la obesidad.

Esta realidad ha favorecido una preocupación que, en muchos casos, se inclina por la idealización de la imagen y la aceptación social. Resulta de gran relevancia el hecho de que en las últimas décadas, desde la mirada de la salud pública, se establezcan aumentos a gran escala de los índices de sobrepeso y obesidad en poblaciones de menor poder adquisitivo. Al respecto, Tejeda (2017, p. 1) afirma que:

Actualmente la obesidad tiene presencia a nivel mundial en todos los horizontes sociales y etapas de vida, donde los individuos en crecimiento y desarrollo son un grupo vulnerable. Constituyendo una amenaza para la salud pública debido a la tendencia en aumento.

Lo cual indica que la adecuación de la industria alimentaria a la capacidad de compra de las familias se ha establecido como uno de sus principales objetivos, con la oferta de productos con alto contenido en azúcares simple, grasas saturadas y sodio, productos dirigidos especialmente a la población escolar, lo cual explica una mayor incidencia de esta morbilidad en el entorno escolar.

2.3. Sometimiento del cuerpo como manifestación del ego, el poder y la dominación.

El cuerpo, como expresión y presencia, es un reflejo social que permite la valoración colectiva de representaciones y expresión de signos a través de las prácticas y discursos que genera, de modo que el cuerpo se establece como un importante principio de instrumentalidad para la detección de ciertos rasgos sociales,

como, por ejemplo, cuando se trata de abordar y comprender algunos de los fenómenos sociales contemporáneos.

En los últimos tiempos se ha observado un incremento de la cultura corporal o somática, pues el cuerpo se ha convertido en objeto y, a la vez, objetivo de diversas industrias, como las de la moda, farmacéuticas, deportivas, entre otras. La sociedad impone el consumo de todo tipo de ofertas dirigidas a elevar la aceptación del cuerpo acorde a lo establecido por esta como ideal o aceptable. En cuanto a la utilización del cuerpo como medio de manifestación, Barreiro (2004, p. 130) describe lo siguiente:

Esto significa que el cuerpo es un medio de expresión altamente restringido, puesto que está muy mediatizado por la cultura y expresa la presión social que tiene que soportar. La situación social se impone en el cuerpo y lo ciñe a actuar de formas concretas, así, el cuerpo se convierte en un símbolo de la situación.

Tal aspecto ha sido de gran aprovechamiento por los trabajadores sanitarios, el llamado turismo de la salud se ha convertido en un catálogo atractivo de ofertas que incluyen desde el recibimiento a la llegada, alojamiento, preparación para la cirugía, internamiento, así como los cuidados postquirúrgicos con la asistencia de enfermería, alimentación, ciclos de masajes, medicamentos y demás. Estos planes se adecúan al presupuesto, características particulares de quien lo requiere, a fin de agotar el procedimiento. Todo esto involucra un riesgo importante, sobre todo por la magnitud de los procedimientos a que se someten los pacientes en el transquirúrgico para optimizar el tiempo y los recursos destinados a este sometimiento del cuerpo, predominando el sexo femenino en la utilización de estas prácticas. Siguiendo a Connelly (2016, p. 236), podemos observar que:

El cuerpo moderno femenino aparece en la construcción de las fantasías masculinas del siglo XX que establecen una sexualidad, dominio, señorío y apropiación masculina de sus partes. El cuerpo femenino, el que suele aparecer fetichizado, objeto de la mirada dominadora, también es el cuerpo que con más frecuencia aparece retratado como abyecto o monstruoso cuando rompe estos límites impuestos.

Lo que venimos planteando indica que el cuerpo recibe una valoración como mercancía que se adquiere de acuerdo a la capacidad de compra, por lo tanto, se trata de una obtención capitalista y postmoderna que plantea la construcción de un cuerpo como expresión simbólica con probabilidad de cambio acorde con lo deseado. En sus escritos, Urrego y Betancur (2017, p. 11) reflexionan al respecto:

También la relación cuerpo/mercantilización supone, por una parte, una carga agonística sin posible escapatoria y cuya finalidad es configurar experiencias y sensaciones de admiración, prestigio y hasta envidia corporal, con alto costo simbólico, cambio de preferencias y gustos, así como económico: tiempo y dinero.

En tal sentido, el cuerpo en la sociedad actual se contempla de acuerdo al modo en que este hace uso de un yo biológico, que involucra lo social e histórico-familiar. Desde la concepción de Cyrulnik (2004, p.16) podemos advertir:

Nuestros cuerpos son regulados ahora por una fascista economía de los signos justamente porque se los separa ahora tan cabalmente del servicio del cuerpo. En este proceso el cuerpo ha llegado a reducirse a un signo de sí mismo. Se ha abandonado al cuerpo por una mejor versión del cuerpo

mismo. El cuerpo es ahora sólo otra idea para que la lógica de la conveniencia suscite terror.

Esto nos indica que, al establecer una autocomprensión del ser, el individuo contemporáneo debe dimensionar su cuerpo como un constructo anatómico-fisiológico, desde un yo histórico elaborado a partir del discurso de una cultura que obedece a rituales y a unas tradiciones. Esto permite establecer algunas cuestiones sobre el cuidado del cuerpo. Los criterios para ejercer este cuidado están basados en el alcance de una salud y un cuidado integrales.

La construcción actual de la imagen problematizada del culto al cuerpo implica la reflexión a partir de una mirada desde el pensamiento complejo. Esto permite observar la existencia de un cuerpo fragmentado, en el que cada parte obedece a una línea mercadológica, en ocasiones carente de un sentido fuera de lo orgánico o material, sumergido en la carrera por la masificación de la belleza.

2.4. Generalidades del sentido de la existencia corpórea y el significado del cuerpo

La perspectiva de la temática del cuerpo, en el contexto fenomenológico, se desarrolla en Francia en el siglo XX. Es allí donde se configuran las primeras tramas sobre la fenomenología del cuerpo, en la encrucijada entre la tradición fenomenológica y la filosofía de la existencia. La fenomenología del cuerpo ha pretendido restablecer la unidad de la existencia humana. El pensamiento expuesto por Gallo (2006, p. 51) permite la siguiente aseveración:

En sentido fenomenológico, el cuerpo no es un objeto que se pueda concebir y tratar como una cosa ni como algo puramente material, ya que es una dimensión de mi propia existencia. El cuerpo-propio, fenomenal,

hay que considerarlo como el sujeto encarnado que está presente en el mundo.

El desarrollo sistemático de la fenomenología del cuerpo, que asume como centro de reflexión la existencia corpórea y el sujeto encarnado, permite un nuevo horizonte para comprender la extensión corpórea de la existencia humana y ofrece una nueva visión filosófica del cuerpo. Dicho de otra manera, el cuerpo no es solo una realidad observable como propósito, sino que es una dimensión del propio ser, pues, como lo plantea Merleau-Ponty, desde la fenomenología de la existencia corpórea, “el cuerpo es el ‘medio’ de nuestro ‘ser-hacia-el-mundo’”.

Un posicionamiento característico en la fenomenología del cuerpo es pensar en el cuerpo no solo como un objeto, sino también al lado del sujeto. En tal sentido, se reviste de gran pertinencia lo referido por Merleau-Ponty (1994, p. 251) sobre la sensibilidad corpórea:

Mi cuerpo no es solamente un objeto entre los demás objetos, un complejo de cualidades sensibles entre otras, es un objeto sensible a todos los demás, que resuena para todos los sonidos, vibra para todos los colores, y que proporciona a los vocablos su significación primordial por la manera como lo acoge.

De modo que nuestro autor establece un nuevo posicionamiento del propio cuerpo en el entendido de que el cuerpo no es solamente un objeto entre los demás, que también invita a la reflexión permanente sobre la significación del cuerpo y de cómo este, por así decir, “está pegado al sujeto”. Estamos en la era de la imagen; al respecto, Gallo (2006, p. 54) aporta algunos elementos sobre la temporalidad del cuerpo:

El cuerpo es modo de expresión; el cuerpo se convierte en sujeto de la percepción, aquí el cuerpo puede ver y ser-visto, tocar y ser-tocado; el cuerpo al estar abocado al mundo exige que sea entendido como sujeto de espacio y de tiempo; y el cuerpo es intersubjetividad-intercorporalidad.

En las diferentes sociedades impera una visión reduccionista de que “se es lo que se aparenta”, lo que se ve externamente es lo importante y solo eso. Parece que el interior de la persona no exista o no se le quiere dar el valor que tiene. En referencia a la persona, Gevaert (1978, p.84) describió algunos planteamientos sobre el problema del hombre desde la mirada de la antropología filosófica, e indicó que “el ser con los demás y para los demás es una coexistencia de seres corpóreos”. Sus consideraciones abordan la existencia del hombre en cuanto al sentido y dirección de este, donde se plantea la urgencia de un modo de vida humano auténtico que permite establecer cuestionamientos sobre el ser, la existencia, la mirada del otro y otras cuestiones que llevan a la reflexión sobre cómo el ser humano experimenta una doble experiencia.

De acuerdo con estas ideas, la experiencia irreductible de ser verdaderamente un ente corpóreo, delimita la singularidad de cada persona. Por otro lado, la negación a identificarse con la dimensión corpórea, esto es, la no identidad con el cuerpo, se experimenta porque todo ser humano es esencialmente un yo frente a un tú, y en esa relación se produce la afirmación, la duda o la negación del ser mismo. La exploración del concepto de corporalidad nos lleva a citar a Barreiro (2004, p.9), quien afirma:

La corporalidad se constituye en un instrumento de expresión de nuestra propia personalidad, también nos sirve para tomar contacto con el exterior, comparándonos con otros cuerpos y objetos, por lo que se puede

hablar, dentro del esquema corporal, del cuerpo objeto, es decir, de la representación aislada que nos hacemos de nuestro cuerpo en sí mismo, y del cuerpo vivido, que se refiere a la forma en que nuestra corporalidad se manifiesta en nuestras relaciones humanas y en la socialización.

La problemática compleja del cuerpo permite abordar el hecho de que este se instala como un mediador entre el ser y su entorno. Para Escribano (2004, p. 502), “la mediación corpórea no sólo abre un sujeto al mundo, sino que puede elaborar un emblema sensible de su encuentro con el mundo”. Esto nos lleva a considerar dos temas fundamentales: En primer lugar, el hecho de la existencia corpórea; y, en segundo lugar, el sentido o el significado humano del cuerpo. En cuanto a la primera aseveración, el sujeto es su cuerpo, pero a la vez, se puede indicar que posee un cuerpo, pero no es absolutamente su posesión, debido a que inciden sobre este sus leyes naturales y estados fisiopatológicos, que quiebran la voluntad del sujeto sobre su propio cuerpo. En cuanto a la segunda aseveración, el significado o el sentido humano del cuerpo, esta es una condición indispensable de posibilidad de nuestro ser en el mundo a partir de nuestra propia humanidad y la organización social en que nos desenvolvemos. Una postura que resulta de gran relevancia sobre la corporalidad y la autonomía es la de Najmanovich (2014, p. 4), quien afirma que:

La corporalidad es el territorio de nuestra autonomía, pero de ninguna manera implica esto una independencia absoluta. Se trata de una autonomía altamente ligada, de una autonomía en la relación. Esta forma de concebir la corporalidad supone que participar de ella implica también pertenecer a la temporalidad, ser en el devenir, existir en y por una dinámica de intercambios y transformaciones. Pero ya no se trata de un tiempo domesticado, lineal, único. Sino de un atemporalidad multiforme

que incluye ritmos diversos y evoluciones complejas, que acepta el azar y el acontecimiento como copartícipes en la dramática de la transformación.

Es importante pensar que el valor del cuerpo depende en gran medida de la unidad del sujeto y su cuerpo, esto es, el grado de aceptación y rechazo, lo cual se establece a partir del contexto de crianza del sujeto y los lineamientos contemporáneos de la sociedad a que pertenece. Para Gavlovski (2011, p. 15):

El cuerpo se puede definir como una estructura que soporta una serie de constructos que configuran una maquinaria ideológica inscrita en la realidad. Podría decirse que es a partir del cuerpo donde tiene lugar la interpretación y estructuración de una persona, sus representaciones y discursos mediados por el lenguaje y el sentido que se les da a partir del sistema histórico, político y social.

A partir de estas consideraciones, emergen tres líneas problemáticas que imponen una reflexión. La primera línea aborda la dualidad del sujeto-cuerpo y la delimitación existente entre ambos; la segunda línea contempla el problema de la experiencia vivida en la existencia corpórea; y, la tercera línea, se refiere a la cuestión que trata de la asignación de sentido y significado en el cuerpo-hombre y el cuerpo-mujer. Al pensar en el cuerpo orgánico y el cuerpo humano, emerge la sensación de observar el cuerpo como algo objetivo, identificable y de dimensiones claramente establecidas, esto es, el cuerpo como un organismo. La posesión del cuerpo es algo externo a la persona, no se puede tratar al cuerpo de igual forma que una cosa objetiva, tal cual como lo establece el psicoanálisis lacaniano, el cual sitúa el cuerpo más allá del organismo. Al respecto, Soto (2017, p.12), en sus concepciones sobre el sujeto-cuerpo, afirma:

La relación de un sujeto con su cuerpo para el psicoanálisis es, por lo tanto, una relación con estos peculiares objetos. Más allá de mostrarse como encarnado en determinado objeto particular exterior, el cuerpo y los objetos en los que se organiza no pertenecen al registro imaginario.

De modo que se puede observar de algún modo, pero solo en la medida que se considere la identidad existente entre mi cuerpo y yo, entonces, a partir de esta mirada, se podría decir que yo soy mi cuerpo y, por tanto, tengo un cuerpo que me pertenece.

Desde otra perspectiva, el ser humano corpóreo puede y debe ser considerado bajo dos aspectos: como cuerpo humano y como cuerpo orgánico. El cuerpo “humano” se refiere al hecho de que el organismo participa en toda la realización de la persona, que esta se expresa y realiza en el cuerpo y a través del cuerpo, pues, con el cuerpo, el ser humano no está solo orgánicamente en el mundo, sino “humanamente”, con subjetividad y sentido de pertenencia; esto es, expresándose y realizándose en el diálogo e interacción con los otros, y esto se realiza a través del cuerpo. En ese mismo sentido, continuando con el aporte de Soto (2017, p.12), este agrega:

El cuerpo habitualmente pensado como una cosa sólida, de carne y hueso, es aquí más bien un cuerpo hablado, un cuerpo del que se dicen cosas, un cuerpo atravesado por los dichos y los deseos de las personas cercanas que impactan sobre él y lo recortan, lo tallan como trazos de un cincel, un cuerpo conversado cuya estructura puede ser recuperada tan solo a partir de los relatos del sujeto sobre él.

En otras palabras, Soto hace referencia a que el cuerpo, para el psicoanálisis, no se limita a ese cuerpo anatómico y a una mera imagen corpórea, sino que se refiere a lo que pone en marcha el lenguaje, esto es, un cuerpo hablado. Por otro lado, en cuanto

al significado “humano” del cuerpo, el ser humano expresa muchas significaciones sobre la experiencia vivida a través del cuerpo, atribuyendo diversos valores a algunos símbolos y representaciones marcadas o colgadas en el lienzo de la piel, y un ejemplo de ello son los tatuajes. Román *et al* (2009, p. 374) han indicado al respecto que “los tatuajes impactan al cuerpo directa e indirectamente, por lo que la relación existente entre ambos está sumamente ligada a los significados que a cada uno se le atribuyen”.

Los significados fundamentales del cuerpo humano se establecen como mediaciones corpóreas que involucran la expresión de dónde venimos, esto es, los aportes de nuestros antepasados y lo que somos, estableciendo cómo nos situamos en el mundo actual. Para Pitts (2003, p. 16):

Los significados de los cuerpos marcados no se pueden separar de los procesos inter-subjetivos de la lectura y escritura del cuerpo, incluyendo aquellos ofrecidos por los discursos marginales e institucionales. Por ende, todos y cada uno de los significados, ya sean personales, contextuales, colectivos o individuales que se adjudican a los tatuajes, están sumamente ligados a las distintas concepciones que existen sobre el cuerpo.

De modo que el tatuaje, que corresponde a una de las diferentes prácticas de modificación corporal, implica una manera de expresar a través del cuerpo, ejecutando cambios sobre él, que de algún modo indican posesión y autonomía de mi cuerpo como medio de expresión escrita y gráfica.

Los significados del cuerpo fundamentalmente se pueden indicar en tres puntos: El primero trata de que el significado elemental del cuerpo es el de ser el escenario y superficie donde se van a inscribir las posturas, los deseos y los miedos como medio

de expresión del ser humano. El segundo punto establece que el cuerpo tiene como significado fundamental la proyección para el otro, esto es, el ser para los demás como presencia en el mundo, como lugar de comunicación con el otro y además, como medio de reconocimiento del otro. El tercer punto indica que el cuerpo es fuente de intervención humanizante en el mundo, el origen de la identidad cultural del hombre.

El alcance de una consciencia sobre el cuerpo que habitamos, y su incorporación en nuestro modo de vida, permite un cambio de paradigma. El cuerpo expresa la realidad y es lo único que siempre está en el presente. Vivir la corporalidad, desde la consciencia, permite entender que el cuerpo que habitamos permite la experiencia del sentir y el agotar acciones para dar respuesta a lo que se requiere.

2.5. Posicionamiento crítico frente a la idealización de la imagen femenina

En la actualidad, el cuerpo se mantiene como un tema constante de investigación en las áreas de ciencias de la salud, sociología, comunicación, mercadeo, entre otros. Esto indica la atención continua del sujeto a su cuerpo y los modos en que este se relaciona con el mundo. "Actualmente la sociedad vive con la referencia constante de un ideal estético y no es consciente del alcance y naturaleza de esta cultura cosificadora para las propias mujeres y las generaciones futuras" (Grande, 2019, p. 21). Este hecho ha favorecido que la imagen femenina se utilice en la promoción y mercadeo de diversos productos industrializados, tanto en el ámbito de los textiles como en la industria alimentaria y otras. La búsqueda de ideal del cuerpo en la imagen corporal femenina da lugar a la sobreestimación de este, que tiene un impacto sobre la aceptación del producto, lo cual es de gran utilidad para los medios de comunicación

y la publicidad, que usualmente muestran mujeres jóvenes de cuerpos esbeltos y bien tonificados.

En las épocas caracterizadas por una marcada dominación patriarcal, y que en la actualidad persisten en algunas sociedades, es común observar una importante distinción de roles, ya que aspectos inherentes a la de toma de decisiones y de respuestas a problemas puntuales eran responsabilidad exclusiva del hombre, mientras que a la mujer se le delegaba el cuidado de la casa, la crianza de los hijos y, en algunos casos, la administración de los recursos adquiridos por el padre en su función de proveedor.

Ante el establecimiento esclavizante de los estándares de belleza y de salud, fomentados en la publicidad alimentaria, con este estudio pretendo construir un discurso crítico a fin de concientizar a la población. El establecimiento del culto al cuerpo como fenómeno social emergente remite a la década de los años 90, cuando se realizaron algunas publicaciones de obras con el propósito de rescatar la dimensionalidad corporal de la mujer fuera de la tiranía social que viene padeciendo:

- Naomi Wolf, publica en el 1991 el libro *El mito de la belleza*, el cual permite una recreación de cómo la imagen de belleza es usada en detrimento de la mujer. Esta autora sostiene que el concepto de belleza planteado es una estrategia para generar sentimientos de no aceptación de la mujer hacia su cuerpo, generando una gran vulnerabilidad desde la dimensión psicoafectiva.
- En 1993, la Dra. Judith Rodin presenta la obra *Las trampas del cuerpo*, donde plantea cómo la sociedad contemporánea define el culto al aspecto físico como medida del valor social de la persona. Propone una serie de consejos para liberarse de la obsesión o adicción por el aspecto físico, asentada en una serie

de creencias: el cuerpo como medida del valor social de la persona, la idea de que se debe tener la apariencia de un modelo, el convencimiento de que los defectos corporales reflejan una deficiencia de carácter y el hecho de considerar que comer es a la vez un placer y un pecado.

- En el mismo orden, Hirschmann & Munter (1997) publicaron su obra *Cuando las mujeres dejan de odiar sus cuerpos: cómo liberarse de la tiranía del culto al cuerpo*. Aquí las autoras establecen una propuesta para liberarse del temor al consumo de alimentos, liberarse de los regímenes dietéticos, incorporando un consumo de alimentos acordes con las necesidades, desmontando el concepto de ideal de belleza social y promoviendo disfrutar de la autoaceptación sin cuestionamientos.

En el presente, la sociedad establece la aceptación o el rechazo impuestos hacia la imagen corporal femenina desde los lineamientos estéticos, lo que ha favorecido al desarrollo de un imponente culto al cuerpo constituido por rituales propios de este fenómeno.

Dentro de estas acciones, existe una modificación obligada en el comportamiento alimentario. Así, los trastornos de la conducta alimentaria, patologías con mayor incidencia en la población femenina, y en un momento más frecuente en la adolescencia, actualmente presenta mayor incidencia en la adultez temprana y media. A diferencia del hombre, en la mujer encontramos rasgos identitarios propios. En sus escritos, Montenegro *et al.* (2006, p. 21) describen una diferencia entre el hombre y la mujer:

En términos de identidad de género, la menstruación y el embarazo son dos eventos biológicos que, más que diferenciar, "distinguen" respecto del hombre. La temprana edad de aparición de la anorexia (el 77% de los

casos se inicia antes de los 20 años) trae como consecuencia amenorrea y, no pocas veces, una serie de trastornos en torno a la fertilidad.

Otro aspecto a considerar es el hecho del anhelo existente en algunas culturas, cada vez más extensivo a otras latitudes, en cuanto a volúmenes prominentes en algunas zonas corporales, como son labios, glúteos, pechos, genitales externos y demás. Esto conlleva el sometimiento a tratamientos quirúrgicos y cosmeatría, así como a modificaciones en la dieta, de igual modo, la práctica de diversas disciplinas deportivas en mujeres, como la halterofilia y la utilización de fármacos para el alcance de cuerpos con rasgos cada vez más androgénicos o con mayor aproximación a la figura masculina. Al respecto, Cardona (2020, p. 4) reflexiona en torno a los itinerarios corporales de algunas mujeres:

El deporte, como parte cierta de las sociedades, ha acentuado ideas sobre lo que deben ser y hacer las mujeres con base en las construcciones sociales de género, por la misma razón, considerar las trayectorias corporales de mujeres deportistas permite una mirada sobre formas de resistencia y contestación.

Lo descrito hasta ahora nos permite plantear algunas consideraciones sobre los aspectos que han favorecido el surgimiento de este fenómeno en la apreciación corporal femenina. Tomando en cuenta la dimensión social y simbólica del cuerpo, Bourdieu (2000, p. 183) señala que “la disciplina corporal es el instrumento por excelencia de toda especie de «domesticación»”.

De igual modo, cuestiones como el desarrollo de trabajos que en un tiempo eran ejercidos solo por hombres, como algunos oficios que requieren la aplicación de mucha fuerza y otras cuestiones tradicionalmente propias del quehacer masculino, actualmente son ejecutadas en igualdad de condiciones. Esto se debe de forma puntual

al empoderamiento de la mujer en la sociedad contemporánea. De modo que se impone la búsqueda de la apariencia fresca, tersa, contorneada, esto es, un cuerpo femenino cada vez más alejado del envejecimiento.

III. FUNDAMENTACIONES TEÓRICAS EN EL DESARROLLO DE ESTA INVESTIGACIÓN

“La única manera de conocer el cuerpo es viviéndolo; es decir, tomando por mi cuenta el drama que lo atraviesa y confundirme con él. Yo soy, pues, mi cuerpo, por lo menos en la medida en que tengo una experiencia y, recíprocamente, mi cuerpo es como un sujeto natural, como un esbozo provisorio de mi ser total”

Maurice Merleau-Ponty

Fenomenología de la Percepción (1999).

“La designación del cuerpo es, por lo tanto, un reflejo del imaginario social; las formas de caracterizar la relación del hombre con aquel y la definición de los componentes de la carne del individuo son hechos culturales infinitamente variables de una sociedad a otra”

David Le Breton

La sociología del cuerpo (2018).

En el estudio del cuerpo se entrelazan diferentes corrientes sociológicas, filosóficas y antropológicas que permiten la comprensión de la existencia corporal y desde el abordaje sociológico del cuerpo, se instala la corporalidad como un fenómeno social y cultural impregnado de simbolismos, imaginarios y representaciones que nutren la cotidianidad del sujeto.

En tal sentido, para el desarrollo del presente capítulo hemos seleccionado, en primer lugar, los postulados teóricos sobre la *Fenomenología de la percepción*, de Maurice Merleau-Ponty, de la que ya hemos hablado brevemente en el primer capítulo; y, en segundo lugar, se establece una visión sociológica del cuerpo, donde se plantean algunos postulados sobre las implicaciones culturales y las dinámicas psicosociales en la sociedad del culto al cuerpo a partir del posicionamiento de *David Le Breton*, sociólogo y antropólogo, profesor de la Universidad de Estrasburgo, quien es uno de los autores franceses contemporáneos más destacados en estudios sobre la existencia corpórea.

3.1. Teoría de la Percepción de Maurice Merleau-Ponty: la esencia de la existencia corpórea en el mundo

La comprensión del cuerpo en la historia del mundo dirige nuestra mirada hacia el filósofo Maurice Merleau-Ponty, quien se destacó por su inclinación hacia el estudio del fenómeno del cuerpo como medio de presencia en el mundo, lo cual permite identificar algunos componentes sobre su posicionamiento y estructuración filosófica. En la aproximación de nuestro autor al cuerpo se conciben tres aspectos centrales, que son: la percepción, la corporalidad y la idea que este plantea acerca del mundo.

Los aspectos que traemos a colación presentan una sólida sustentación que, al conjugarse, permiten el surgimiento de la *fenomenología de la percepción*. “La percepción, la corporalidad y su idea de mundo: cada idea puede sostenerse por sí misma pero, al juntarse, componen una pintura mayor e igualmente autónoma: la fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty” (Riobello, 2008, p. 197).

Dentro de la historia de la filosofía, se destaca el inicio de la fenomenología como corriente filosófica en los aportes de Edmund Husserl, quien estableció desde sus reflexiones una disciplina que intenta describir o comprender lo aportado en la

experiencia vivida. En otras palabras, la fenomenología, para Husserl, pretende una explicación de cómo aparecen las cosas (fenómenos) ante nuestra conciencia o, en última instancia, cómo se nos aparece el mundo en términos de nuestra experiencia subjetiva de él.

Su obra se destaca por sus planteamientos trascendentales y existencialistas. En palabras de Husserl, el sentido o el sin sentido de toda esta existencia humana parte de reflexiones generales que encuentran respuestas a partir de lecciones racionales: “La mera ciencia de los cuerpos no tiene, manifiestamente, nada que decir; ella se abstrae de todo lo subjetivo”. A lo que añade que, en cuanto las ciencias del espíritu, estas “observan en todas las disciplinas particulares y generales al ser humano en su existencia espiritual”, y que, por lo tanto, “su riguroso carácter científico exige que el investigador excluya cuidadosamente toda toma de posición valorativa, toda pregunta por la razón y la sin-razón de la humanidad” (Husserl, 2008, p. 48).

De modo que esta consideración de Husserl indica que la fenomenología permite la puesta en relieve del método filosófico concreto; por tanto, estamos ante una metodología filosófica que establece una ciencia, un conjunto de disciplinas científicas en un tiempo determinado, y, ante todo, que permite un método y una actitud intelectual ante el fenómeno. Por lo que la fenomenología estudia y define la esencia de las cosas, determina el ser de las cosas y sitúa la esencia en la existencia de forma objetiva.

En este orden, el establecimiento de la reducción fenomenológica por Husserl, la cual fue concebida por mucho tiempo como una puesta del mundo para estudiar la configuración de los objetos en la conciencia de los sujetos, pasa a ser una nueva manera de “asombrarse” ante las cosas mismas, permitiendo así comprender al

hombre y al mundo a partir de su facticidad, con lo cual coincide con el pensamiento de Heidegger, en cuanto a que no es posible pensar en la existencia del hombre sin tomar como punto de partida el “estar-en-el mundo”. Este planteamiento lo expresa el propio Merleau-Ponty cuando indica uno de los aspectos fundamentales de su filosofía: la comprensión de la opacidad del mundo, esto es, la interacción dentro de nuestra propia coexistencia con el mundo y con los otros.

Cabe destacar que lo denominado como “opacidad del mundo” establece la concepción de la fenomenología asumida por Merleau-Ponty, pues esta representa una filosofía de la luz y una visión en un sentido casi platónico, lo que nos lleva a pasar de la conciencia intencional de Husserl a un nuevo emerger de la conciencia, esta es la conciencia perceptiva y la visión del mundo, lo cual representa la finalización de la opacidad del mundo.

En este mismo orden, Merleau-Ponty, en las revisiones hechas a los escritos finales de Husserl, confirmó que en estos se evidenciaban unos pocos fenómenos acerca de las determinaciones noético-noemáticas de la conciencia intencional. En este contexto, el concepto noético corresponde a la distinción fundamental entre momentos reales o vividos, mientras que el concepto noemático representa los momentos intencionales o irreales de toda experiencia vivida. Para López (2014, p. 36), en las reflexiones de Husserl acerca de la constitución del cuerpo propio (Leib) por el yo intencional, existe una distinción metodológica, descrita de la siguiente manera:

Entre *nóesis* y *nóema*, la fenomenología se divide en dos modos de investigación correlativos: el orientado hacia la subjetividad pura (fenomenología noética) y el que estudia la constitución de la objetividad por la subjetividad (fenomenología noemática); esto último es lo que

hace Husserl en *Ideas II* y *III* como paso necesario para describir el ego puro.

Merleau- Ponty, al hablar sobre la conciencia intencional, en su análisis husserliano sobre el cuerpo, establece que este se encuentra dimensionado en el contexto de la relación existente entre lo constituyente y lo constituido, “la realidad de las personas exige la realidad de las cosas, pero la de las cosas también exige la de las personas” (Husserl, 1997, p. 379). De modo que se destacan tres aspectos esenciales, a saber: los fenómenos del cuerpo, los tiempos subjetivos y la otredad. Es a partir de la interacción con estos postulados aportados por Husserl que Merleau- Ponty concreta las ideas que posteriormente formarán los principios de su filosofía, los cuales son la conciencia perceptiva, la primacía de la corporalidad y el mundo de vida.

En primer lugar, sobre el horizonte de la conciencia de la percepción, Merleau- Ponty plantea que lo que se encuentra presente en toda percepción es la apariencia que nos aporta el entorno en cada una de las observaciones que realizamos y, con posterioridad a esto, asumimos un aspecto de la realidad que nos lleva a otra. No obstante, como afirma Merleau-Ponty (1999, p. 37):

El conocimiento se presenta como un sistema de sustituciones en donde una impresión anuncia otras impresiones sin nunca dar razón de ellas; en donde las palabras dejan esperar unas sensaciones como deja el ocaso esperar la noche. La significación de lo percibido no es más que una constelación de imágenes que empiezan a reaparecer sin razón alguna.

Esta cita viene a señalar que el significado de nuestras percepciones es el resultado del objeto observado y las dinámicas existentes entre las determinaciones de la cosa misma. En segundo lugar, continuando con los principios de la filosofía “pontiana”,

se presenta la primacía de la corporalidad, que trata de aquellos elementos que están relacionados con la experiencia de nuestro propio cuerpo, las dimensiones anatómo-fisiológicas que componen su motricidad y su interacción con el mundo. “La atención a la vida es la consciencia que tomamos de unos movimientos nacientes en nuestro cuerpo” (Merleau-Ponty, 1994, p. 97). Por lo tanto, las experiencias vividas se establecen como fenómenos de existencia de nuestro cuerpo, lo cual reafirma que este forma parte del mundo, exista en nosotros o no una filosofía del cuerpo; “por lo tanto, mi cuerpo no es un objeto cualquiera del mundo, es un medio de comunicación entre nosotros y el mundo” (Riobello, 2008, p. 203). Lo que implica una consciencia corporal acerca de que nuestras acciones están directamente ligadas a nuestra corporalidad. En tercer lugar, el mundo de la vida, que corresponde al entorno o contexto del mundo que percibimos, es una consecuencia de las interacciones entre todos los elementos planetarios.

Para Merleau-Ponty, la experiencia del contacto del cuerpo con otra superficie permite profundizar en el sentido de la subjetividad constituyente, de donde se deduce que la construcción del propio cuerpo no puede establecerse solo desde una filosofía de la conciencia, lo cual trasciende el dualismo cuerpo-alma, claramente establecido en la tradición filosófica. De modo que el posicionamiento de esta mirada permite comprender la importancia concedida al movimiento del fenomenólogo francés al encontrar una reversibilidad a partir de los sentidos entre el tocar y el ver, esto es, entre lo tangible y lo visible.

3.1.1. El sujeto-encarnado desde la noción fenomenológica de Maurice Merleau-Ponty

En la primera mitad del siglo XX, desde la perspectiva de la filosofía fenomenológica y de la existencia de las cosas, se estableció la idea de sujeto encarnado

a partir de la noción del cuerpo humano o de lo que, hasta entonces, era considerado como presencia corpórea. Esta postura buscaba indicar la relación existente entre el cuerpo y la dinámica corpórea como medio de presencia en el mundo. De modo que la fenomenología del cuerpo asume el sujeto-cuerpo encarnado no solo como una estructura anatómica y funcional del cuerpo humano, sino también como algo que trasciende el posicionamiento de la carne como objeto, que va más allá de la condición meramente orgánica, pues el cuerpo es más que un conjunto de órganos y sistemas, es sujeto-encarnado, sujeto que se sitúa en el mundo por medio de la encarnación.

En sus reflexiones, Merleau-Ponty establece con el concepto de encarnación un elemento esencial: la humanización del cuerpo, lo cual invita a un profundo análisis antropológico. En este autor, la noción de encarnación permite el posicionamiento de dos posturas: la primera hace referencia a la transcendencia objetiva del cuerpo desde lo orgánico a lo encarnado debido a la transición de cuerpo-objeto a cuerpo-sujeto. La segunda postura hace referencia al espíritu, pues, en tanto que este cuerpo se percibe encarnado, presenta el espíritu enraizado en un cuerpo.

Vale la pena mencionar lo planteado por Gallo (2006, p. 48) sobre la subjetividad del cuerpo vivido en las siguientes líneas:

La noción de encarnación en sentido fenomenológico no trata entonces el cuerpo como organismo, perceptible y objetivable como una cosa, sino el cuerpo tal y como es vivido; se trata de una reflexión fenomenológica sobre el cuerpo, sobre la subjetividad misma.

El concepto de encarnación en Merleau-Ponty implica la no aceptación de la dualidad sujeto-objeto, donde existe una fragmentación entre el sujeto, el cuerpo y el mundo. En efecto, la concepción del sujeto como ser humano y encarnado rompe con

el esquema dualista cuerpo-alma, pues asume una mirada holística e integradora bajo la idea del concepto de encarnación. Nuestro autor, Merleau-Ponty, descarta la postura de una relación mecanicista entre el cuerpo y el alma, pues, en el sentido fenomenológico, asume la idea de un sujeto encarnado, esto es, la espiritualización humanizada de la carne, con lo que trata así de dar cuenta de la relación inicial del cuerpo y del espíritu.

3.1.2. Formas de expresión del cuerpo desde la mirada fenomenológica

El abordaje del tema del cuerpo, en el contexto fenomenológico, se incrementa en Francia durante el siglo XX, cuando se desarrollaron los principales lineamientos sobre la fenomenología del mismo, esto ocurre como resultado de la conjugación entre las corrientes fenomenológicas establecidas y la filosofía de la existencia. A decir de Gallo (2006, p. 47):

La fenomenología del cuerpo abre un nuevo horizonte para comprender la dimensión corpórea de la existencia humana y ofrece una nueva visión filosófica del cuerpo, en tanto que el cuerpo no es sólo una realidad observable como objeto, sino que es una dimensión del propio ser.

Esta visión de Gallo permite la comprensión de la fenomenología del cuerpo sistematizada, la cual asume como base o principio de reflexión la existencia corpórea y el sujeto encarnado. Dentro de los principales defensores de esta visión integradora podemos citar a Gabriel Marcel, Jean-Paul Sartre y Maurice Merleau-Ponty, entre otros. Desde los aportes del pensamiento alemán, la fenomenología aporta dos modos de pensar el cuerpo: de un lado, el cuerpo se posiciona como cuerpo objeto o como cosa corpórea (Körper); y, por otra parte, el cuerpo es visto como cuerpo fenomenal, cuerpo propio, cuerpo vivido o cuerpo animado (Leib). Es importante señalar, sin

embargo que cuando se habla de ‘Leib’ y de ‘Körper’ –o, como lo proponen algunos fenomenólogos franceses, sobre ser-cuerpo y poseer un-cuerpo–, estos no constituyen dos fenómenos separados o distintos, sino que hacen referencia a dos modos de vivir la corporeidad humana. Sobre los distintos modos de expresión del cuerpo, continúa Gallo (2006, p. 49) indicando lo siguiente:

Desde una teoría fenomenológica del cuerpo hay que distinguir conceptualmente los modos de expresión del cuerpo objeto, físico, natural, cuerpo cosa dotado de leyes propias, del que se ocupa el Körper; el cuerpo fenoménico (Leib), el vivencial, el que todos sentimos y somos; y el cuerpo quiasmático en el que aparece el cuerpo tanto como cuerpo-tenido como el cuerpo-vivido.

Acerca de estos tres modos de expresión citados por Gallo, podemos indicar que en el cuerpo Körper impera una actitud naturalista sobre el cuerpo como cosa: objetivo, tenido, pensado y cosificado. Lo cual promueve el tener un cuerpo desde la visión mecanicista, material y de estructura, cuya característica principal es la operación sistemática de sus estructuras. Según Vanegas y Hoover (2001, p. 60):

El cuerpo (Körper) es, aunque no sólo esto, una cosa más en la naturaleza, el cuerpo, esa masa viscosa, hecha de fibras musculares, nervios, formas óseas y órganos somáticos presentes en lo real como real, como tiempo y espacio, no es más que un obstáculo visible en el mundo, expuesto a toda la serie causal en la naturaleza, siendo y dejando de ser.

En segundo lugar, el modo de expresión Leib –que hace referencia al cuerpo propio, vivido, fenomenal y subjetivo– se establece desde la fenomenología del cuerpo, como un cuerpo-sujeto sintiente, es vivir el cuerpo-propio. En tal sentido,

desde el abordaje fenomenológico no se trata de un objeto que se pueda concebir y tratar como algo meramente material, se debe considerar como el sujeto encarnado que está presente en el mundo; dicho de otro modo, es una dimensión de mi propia existencia. Por tanto, la fenomenología del cuerpo no asume la reducción segmentada del cuerpo a lo material u orgánico, esto es, un conjunto de estructuras anatómicas, procesos bioquímicos y fisiología humana. Respecto a este segundo modo de expresión, Gallo (2006, p. 51) plantea:

En la fenomenología, Sartre, Marcel y Merleau-Ponty coinciden en subrayar la índole existencial del vínculo entre el yo y el cuerpo. En este sentido, la fenomenología del cuerpo (Leib) aparece como un enfoque alternativo para comprender al hombre-mundo-cuerpo como cuerpo vivido con sensibilidad.

Acertadamente, desde la visión fenomenológica de estos tres pensadores, el cuerpo es considerado el punto central para la producción de sentido, y en él interactúan los entramados de significaciones que caracterizan al sujeto. El tercer modo de expresión, llamado el cuerpo quiasmático, Merleau-Ponty utiliza como unidad categórica el *Quiasmo* el cual es entendido como “un esquema de pensamiento que nos permite concebir las relaciones de una dualidad en términos de reciprocidad y mutua referencia, contrario a los esquemas dicotómicos que conciben las relaciones en términos de exclusión, causalidad mecánica y lineal”. (Gallo, 2006, p. 52)

Este modo de expresión corresponde al ser fenomenológico y vivencial, donde la corporeidad expresa los significados del ser. Dicho de otra manera, el cuerpo quiasmático no es solo un objeto de experiencia, pero tampoco un sujeto de experimentación. “Esta idea de reversibilidad se desarrolla en el concepto de

'quiasma' (que en sí mismo se considera encarnado en Carne). El 'quiasma' articula esta tensión entre interior y exterior como la reversibilidad del yo y el mundo” (Mambrol, 2017, p. 4).

Una característica a resaltar en la fenomenología del cuerpo en Merleau-Ponty es la consideración del cuerpo no solo como un objeto desvinculado del sujeto, sino a su lado, “mi cuerpo no es solamente un objeto entre los demás objetos, un complejo de cualidades sensibles entre otras, es un objeto sensible a todos los demás” (Merleau-Ponty, 1975, p. 251). Para nuestro autor, el redescubrimiento del propio cuerpo se establece como algo más que un objeto entre los demás; se entiende así que, desde la postura fenomenológica, el cuerpo quiasmático permite ser interpretado como cuerpo-vivido y cuerpo-tenido.

Merleau-Ponty pondera la importancia de la reflexión filosófica para abordar el cuerpo desde una mirada fenoménica, pues, como hemos establecido anteriormente, la experiencia corpórea está condicionada por el contexto, y de la única forma que podemos establecer dicha experiencia es desde el cuerpo vivido. Para él, se trata de la estructura formada por la consciencia y el cuerpo a través de lo que ha denominado la espiritualización o sublimación del cuerpo y la encarnación del espíritu, lo cual representa un doble movimiento que Merleau-Ponty designa como el *sí mismo*.

Los aportes de nuestro autor a la fenomenología de la percepción permiten una mirada holística e integradora del cuerpo, a la generalización o valoración integral de la carne, o *chair*, que sirve de base ontológica en la relación entre la consciencia encarnada y el mundo, lo cual favorece a una construcción de la intencionalidad del cuerpo lejos de la frecuente dicotomía reduccionista característica de la filosofía de la consciencia.

Es decir, a partir de esta mirada, la experiencia del mundo desde el cuerpo, que es tan biológico como cultural, permite darle sentido al mundo y a la actividad humana, con lo cual se logra poder experimentar de forma consciente el sentimiento y la emoción de la cotidianidad. Y, a partir de ahí, elaborar estructuras en la mente, que se activan y toman parte en procesos tales como las dinámicas de interacción social desde la consciencia reflexiva.

3.2. Visión sociológica del cuerpo a partir del posicionamiento de David Le Breton

Las dinámicas existentes en el desarrollo de las acciones que involucran al cuerpo (como portador de identidad del sujeto y, a la vez, como constructo social) plantean diversas teorías que sirven de sustento a la presente investigación. Dichas teorías se enmarcan dentro de la perspectiva y el contexto de la visión del cuerpo desde la mirada de David Le Breton en cuanto a los conceptos, postulados, enfoques y líneas de pensamiento relacionadas con los aspectos simbólicos del culto o rito al cuerpo.

En la cotidianidad humana se desarrollan entramados sociales que delegan en el cuerpo diversos posicionamientos impregnados de simbolismos y subjetividades. “Toda sociedad se articula sobre la base de un sistema de sentido y de valores, en ocasiones sensiblemente diferenciado si se trata de una colectividad dividida en grupos o en clases sociales muy específicas” (Le Breton, 2021, p. 24). Le Breton plantea la corporalidad humana como un fenómeno social y cultural donde se construye la relación del sujeto con el mundo, pues “la existencia es, en primer lugar, corporal” (Le Breton, 2018, p. 9). En tal sentido, es la sociología la que se centra en comprender las acciones socioculturales que se construyen en torno al cuerpo. Todas

las actividades que involucran el cuerpo están delimitadas por un conjunto de símbolos.

En efecto, es a partir del cuerpo que emergen y trascienden las significaciones de la existencia individual y colectiva de los sujetos. Constituye el marco de relación del ser con el entorno en que habita; permite un rostro a este sujeto, que es parte de un colectivo que le impregna sentido de pertenencia, con lo que se establece una dinámica existencial cargada de valores y significados que involucra la interacción de referencias culturales. Le Breton (2018, p.10), en sus concepciones sobre la condición corporal, afirma:

A través de su corporalidad, el hombre hace del mundo la medida de su experiencia, transformándola en un tejido familiar y coherente, disponible a su acción y permeable a su comprensión. Ya sea en tanto que emisor o como receptor, el cuerpo está constantemente produciendo significado, insertando de este modo al ser humano en un espacio social y cultural determinado.

Este pensamiento permite reflexionar sobre el papel del cuerpo en las relaciones sociales, pues, en el proceso de socialización, la experiencia corporal constituye un aspecto esencial de la condición social del sujeto. En tal sentido, la expresión corporal es socialmente adaptable, pues el cuerpo, como vehículo del ser, es producto de la ejecución de procesos que favorecen la incorporación de lo aportado por el contexto, esto es, las modalidades corporales de la relación del sujeto con el mundo, las cuales obedecen a reajustes sociales y culturales que se van estableciendo de acuerdo a las circunstancias de la vida: “El orden social se infiltra en todos los poros de las acciones

humanas y termina por convertirse en fuerza de ley, por lo que este proceso nunca puede darse por completado” (Le Breton, 2018, p. 12).

La utilidad del cuerpo como presencia en el mundo impone el establecimiento de la identidad individual y colectiva de los sujetos. El cuerpo juega un papel trascendental, es el espacio donde el sujeto se muestra para que los demás le interpreten; es la prueba de la existencia y presencia en el mundo. La teoría de los usos del cuerpo, de David Le Breton se basa en la antropología del cuerpo como expresión del dolor o del silencio; es a partir del sometimiento del mismo que será esculpido de acuerdo con lo socialmente aceptado. Le Breton (2017, p. 87) describe acertadamente que:

El culto del cuerpo es la voluntad de modelar el cuerpo, de "trabajarlo".

El cuerpo que no fue "trabajado" no resulta un cuerpo interesante. La sociedad convirtió el cuerpo en un accesorio, una suerte de materia prima con la que podemos construir un personaje. Por medio del fisicoculturismo, de las dietas, nos volvemos en cierto modo ingenieros de nuestro propio cuerpo.

Lo planteado nos hace pensar en la estigmatización hacia aquellos individuos que no trabajan su cuerpo, pues la idealización de la belleza para las mujeres y los músculos para los varones favorece al incremento de la agresividad simbólica en todas las clases sociales. Por otro lado, con la modernidad y la perfección de la tecnología, se plantea una distinción ontológica entre “poseer un cuerpo” y “ser el cuerpo”. La información transmitida por los dispositivos para vestir que monitorean la actividad física puede tener relación con datos personales sensibles presentes o futuros. Le Breton (2017, p. 110) sostiene que:

Para ellos el cuerpo es el vestigio de una humanidad obsoleta y deplorable y hay que preocuparse por eliminarlo. El hecho de querer permanecer siempre joven, de no morir nunca. A partir de ahora simplemente ya no es Dios o un elixir quien va a darnos la coartada de la eternidad, sino la tecnología.

Estas afirmaciones permiten el establecimiento del cuerpo como un objeto de mercado donde se plasman las tendencias por la apariencia e imagen corporal, y la tecnología es utilizada para el perfeccionamiento del cuerpo. Nuestro autor plantea que existe una distinción ontológica entre “poseer un cuerpo” y “ser el cuerpo”. Por lo que “se rompe la correspondencia entre la carne del hombre y la carne del mundo” (Le Breton, 2002, p. 60).

El cuerpo es un tema que se presta especialmente para el análisis antropológico, ya que pertenece, por derecho propio, a la cepa de identidad del sujeto, el cual vive en la búsqueda continua de reducir el mundo al cuerpo, a través de lo simbólico que este encarna. “Las cualidades del hombre se deducen de la apariencia de su cara o de las formas de su cuerpo. Se percibe como una emanación moral y sin escapatoria de su apariencia física” (Le Breton, 2018, p. 24).

Por otra parte, Le Breton establece cómo la fractura ontológica introducida por la objetivación del cuerpo refuerza la interpretación técnica de la actividad médica, tachando la configuración teórica de la relación médico-paciente. Esto es, cómo la práctica asistencial en los servicios de salud fragmenta el cuerpo humano; así, el médico oftalmólogo ve en el paciente solo “ojos”, el dermatólogo solo ve “piel”, lo cual va en detrimento de la asistencia integral que demanda el individuo como ente bio-psico-social.

Otro de los aspectos tratados en la obra de este autor es la genealogía del diagnóstico científico por imágenes. “El cuerpo al que alude esta habitado por lo movimientos y las imágenes de su vida cotidiana” (Le Breton, 2019, p. 122). Aquí, nuestro autor reconstruye el ideal del trasluz iniciado por los anatomistas y describe cómo, con las técnicas diagnósticas de radiografías simples y hasta la RMN (Resonancia Magnética Nuclear), se amplifica cada vez más la capacidad de obtención de imágenes objetivas sobre el cuerpo, al mismo tiempo que se subyuga la posibilidad de cualquier “segunda imagen” o interpretación simbólica.

De modo que, frente a este imperio de la imagen médica, Le Breton proyecta el poder del inexistente subjetivo y social sobre el cuerpo, evidenciando cómo a través de imágenes mentales algunos mórbidos han encontrado la cura a su enfermedad. Así, la visión sociológica del cuerpo a partir del posicionamiento de David Le Breton establece una sistematización de la trayectoria histórica del cuerpo como objeto de estudio sociológico y que está presente en la sociología contemporánea, en tal sentido, podemos traer a colación tres etapas de abordaje.

En primer lugar, una sociología implícita del cuerpo, la cual plantea la condición del sujeto en los distintos escenarios, sin olvidar que su cuerpo es el medio para su relación con el mundo. En segundo lugar, tenemos una sociología discontinua, la cual aporta robustos elementos de análisis sobre el cuerpo, pero sin un enfoque unificador secuenciado. Y, en tercer lugar, la sociología del cuerpo, que establece las expectativas sociales y culturales que se imponen al cuerpo.

3.2.1. Implicaciones culturales en la sociedad del culto al cuerpo

El culto al cuerpo se ha constituido en una práctica emergente con gran influencia en la dinámica cotidiana que, en nombre de la salud, involucra una cultura del ego, la

dominación y el consumo en busca de bienestar físico. Un adecuado estado de salud representa uno de los aspectos principales en el bienestar integral de los sujetos e impacta de manera positiva en la calidad de vida de una determinada población. García *et al.* (2021, p. 2) plantean la importancia del desarrollo de acciones adecuadas para garantizar un buen estado de salud:

Las dinámicas individuales y sociales en torno al mantenimiento de la salud también son fluctuantes en el tiempo. Pero el avance científico en todos los ámbitos consigue establecer pautas de evidencia en la forma de vida y su consecuencia en la salud. Por ello las conductas de salud y el estilo de vida son las que establecen un estado general de salud en las personas, los grupos y las sociedades en general.

Para responder a esta necesidad puntual, diversas áreas de especialidades médicas han establecido algunos protocolos de atención a fin de dar respuesta a los factores de riesgo a nivel nutricional, cardiovascular, endocrino-metabólico y conductual. Esto es debido a que la desnutrición por exceso –el sobrepeso y la obesidad en sus diferentes grados– representan un factor común en la morbimortalidad de los sujetos, lo cual se establece como una epidemia de la sociedad contemporánea y exhibiendo una tendencia en aumento.

Impera la necesidad del desarrollo de programas para las intervenciones psicosociales que favorezcan una buena salud mental. Desde los diferentes estamentos gubernamentales, como son los ministerios de salud, se deben impulsar de forma sistemática aquellos lineamientos dirigidos a fomentar un estilo de vida saludable que involucre acciones desde el enfoque preventivo para la mejora continua de la

alimentación, el incremento de la actividad física y el empoderamiento de la población, a fin de agotar dinámicas para el manejo del estrés en las diferentes etapas de la vida.

El posicionamiento transdisciplinar propone un postulado teórico desde la Teoría de la Comparación Social (TCS) para la educación y cambio conductuales de salud y estilos de vida adecuados. Entre los diferentes lineamientos de esta teoría se destaca la importancia del empoderamiento y la motivación del entorno recibida por los sujetos, lo que favorece el establecimiento de ideas de automejora de la imagen corporal. Así García *et al.* (2021, p. 2), en sus reflexiones sobre la estructura social del sujeto, han indicado lo siguiente:

La construcción de la salud cuenta con elementos complejos e interdependientes, que están marcados por variables temporales que determinan su propia evolución. La estructura social es en sí misma una fuente potencial de valores, creencias y normas que marcan consistentemente.

La reflexión de estos autores indica que los diferentes aspectos que componen la salud mental, como parte del bienestar psico-afectivo, así como los componentes socioculturales que fomentan la interacción de los sujetos mejoran la autopercepción individual y la estabilidad interpersonal, lo cual modula los procesos de influencia entre la colectividad, especialmente aquellos que tienen una dinámica sistemática de alguna práctica corporal.

El fenómeno del culto al cuerpo se ha hecho cada vez más presente en las sociedades complejas contemporáneas, presentándose como un hecho multifacético donde confluyen, entre otros, intereses como la salud, la estética o el placer. Se le da cada vez mayor importancia a la apariencia y al decorado. Por lo tanto, es común la modificación de algunos hábitos para conseguir una mayor salud, una vida más

longeva y un mejor envejecimiento; cada vez está más reconocida y ha dejado de ser censurada la búsqueda del placer corporal; y las formas corporales han seguido la tendencia de ser exhibidas como modo de ostentación y ha adoptado modelos estéticos hegemónicos.

El hombre ha incorporado prácticas que en el pasado solo eran objeto del sexo femenino, lo que ha conducido a un cambio en la apariencia masculina, en las formas de interacción y en la autopercepción corporal, así como en los cánones estéticos. La ingesta alimentaria y el ejercicio físico se han convertido en dos grandes pilares en el seguimiento de los valores otorgados por la sociedad a la imagen corporal, y tanto en las consultas médicas como en los gimnasios se prescriben actividades físicas y dietas encaminadas a estos fines.

La cotidianidad involucra dinámicas por las que lo social trasciende al individuo. El cuerpo representa el instrumento a partir del cual se materializa la socialización del individuo y el entorno. Le Breton (2021, p 151) afirma que en el surgimiento y desarrollo de lo cotidiano impera un cambiante universo de significaciones:

La sociología de la vida cotidiana aborda la banalidad de los días como si se tratara de un exotismo olvidado. Contempla con una “mirada distante” el yacimiento familiar del sentido, la materia prima a partir del cual se construye la vida social en su totalidad.

Este planteamiento pone de manifiesto el aspecto simbólico de la corporeidad de cara a lo cotidiano, como escenario de esas necesidades advertidas experimentadas por los sujetos tanto en poblaciones civilizadas como en aquellas no avanzadas. Sobre

la utilización de la piel como espacio de comunicación simbólica, Bravin (2015, p. 13) comparte lo siguiente:

El cuerpo socialmente tratado como superficie de inscripción de signos y sistema corporizado de esquemas de conocimiento y percepción, disposiciones para la acción y clasificación social, constituye hoy un nuevo objeto de conocimiento que ha ido conformándose en las últimas décadas en el campo de la teoría social, y de la sociología de la educación en particular.

Bravin aborda la escritura del cuerpo como un medio de expresión de memorias, prácticas e ideologías del sujeto. La cotidianidad favorece la fragmentación del sujeto, siendo el cuerpo ese espacio en donde, de forma simultánea, se desarrollan los procesos bio-psico-culturales que abarcan la totalidad del individuo y su discurrir en la vida. De lo que se trata es de pensar en el cuerpo como un todo integrado. “Pensar el cuerpo en clave sociológica, el cuerpo como una entidad que trasciende lo meramente biológico, reclama una perspectiva relacional. Es en este sentido que constituye un desafío importante elaborar una noción “científica” del cuerpo, como categoría sociológica” (Bravin, 2015, p. 29).

Por otro lado, Prudencio (2015, p. 2), al referirse al culto al cuerpo, establece en su investigación que:

El culto al cuerpo en la actualidad se ha convertido en una obsesión para una gran parte de la sociedad, la preocupación por el estado físico e imagen corporal, lleva a los sujetos a realizar hábitos y conductas de riesgo para su propia salud. Todo ello para cumplir un patrón estético impuesto por la propia sociedad, el cual es apoyado y difundido por los distintos medios de comunicación.

A partir de estas consideraciones, se deduce que la sociedad actual ha inclinado su mirada al cuerpo como símbolo estético, que promueve la esbeltez, la vigorosidad y longevidad a cualquier costo. En cuanto a las prácticas acerca del comportamiento alimentario, algunas corrientes sostienen que el manejo integral del consumo de alimentos, agotando intervenciones ambulatorias o de internamiento, así como la promoción de una educación alimentaria pertinente, favorecen un cambio de paradigma y, por lo tanto, implican variaciones en la dinámica de la vida cotidiana.

3.2.2. Sobre la antropología de los sentidos: estar presente y vivir el sabor del mundo

El intercambio cotidiano de experiencias como sujetos en el mundo ocurre por medio de nuestros sentidos. Es a partir de la vista, el tacto, el olfato y el gusto que el sujeto adquiere la consciencia de sí mismo y experimenta su existencia mediante las actividades sensoriales que permiten la percepción de la mano de la historia y la cultura, de acuerdo al contexto y la época. Desde las reflexiones de David Le Breton, cada sociedad construye una organización sensorial que establece las pautas en cuanto a cómo los sujetos se apropian de las informaciones a través de los sentidos. En sus concepciones sobre el papel de los sentidos en la percepción del mundo, Le Breton (2007, p. 11) indica lo siguiente:

Para el hombre no existen otros medios de experimentar el mundo sino ser atravesado y permanentemente cambiado por él. El mundo es la emanación de un cuerpo que lo penetra. Entre la carne del hombre y la carne del mundo no existe ninguna ruptura, sino una continuidad sensorial siempre presente. El individuo sólo toma conciencia de sí a

través del sentir, experimenta su existencia mediante las resonancias sensoriales y perceptivas que no dejan de atravesarlo.

En efecto, el contacto con lo corporal permite la interpretación de la información obtenida por los sentidos desde el entorno. “El mundo del hombre es un mundo de la carne, una construcción nacida de su sensorialidad, pasada por el cedazo de su condición social y cultural, de su historia personal, de la atención al medio que lo rodea” (Le Breton, 2007, p. 12).

De otro lado, desde una visión antropológica del uso de los sentidos, el cuerpo permite una puesta en escena que determina la presencialidad del sujeto en el mundo, participa y se hace parte de este por medio de la comunicación verbal y no verbal, lo que conlleva el aprendizaje de una lengua o idioma, pero también el hecho de la incorporación de gestos, señales, mímicas y posturas corporales que comunican información de acuerdo al sistema asumido por la sociedad en cuestión, pues, al fin y al cabo, el mundo en que vivimos, independientemente del contexto geográfico e histórico, está impregnado de significantes que permiten la percepción de la experiencia vivida.

Además está el hecho de que la percepción de las cosas por medio de los sentidos, se encuentra condicionada por la subjetividad del individuo. De modo que la antropología de los sentidos parte del hecho de que las informaciones sensoriales están dimensionadas por un conglomerado de significados acerca del mundo, que están matizados por el aspecto educacional y cultural del sujeto, pues dentro de un colectivo pueden existir algunas variaciones de significados y apreciaciones entre los sujetos, pero, en esencia, comparten las mismas ideas. “El mundo no es el escenario

donde se desarrollan sus acciones, sino su medio de evidencia: estamos inmersos en un entorno que no es más que lo que percibimos” (Le Breton, 2007, p. 14).

De modo simultáneo, tomando en cuenta la importancia de la educación de los sentidos aportada por el contexto, podemos inferir que esta determina el comportamiento alimentario de los sujetos, en vista de que la condición humana es corpórea y los sentidos aportan el medio sensorial para acceder al mundo, a partir de la dinámica de lo sensible. Al respecto, Le Breton (2007, p. 26) refiere lo siguiente:

La experiencia sensorial y perceptiva del mundo se instaura en la relación recíproca entre el sujeto y su entorno humano y ecológico. La educación, la identificación de los allegados, los juegos del lenguaje que designan los sabores, los colores, los sonidos, etc., modelan la sensibilidad del niño e instauran su aptitud para intercambiar con el entorno sus experiencias que son relativamente comprendidas por los integrantes de su comunidad.

Esta reflexión acerca de la educación de los sentidos aportada por el contexto permite comprender que las vivencias sensoriales de un colectivo están moduladas por la interacción entre los sujetos, y vinculada a lo existente en el mundo percibido por el sujeto como unidad, pues, en la génesis de toda existencia humana, el otro sujeto, que forma parte del entorno, se constituye en la condición para dar sentido a dicha existencia, ya que un mundo sin los demás, está condenado al no-sentido humano. Bajtín (2000, p.163) lo dice así: “Sólo al revelarme ante el otro, por medio del otro y con la ayuda del otro, tomo conciencia de mí mismo, me convierto en mí mismo. Los actos más importantes que constituyen la autoconciencia se determinan por relación con la otra conciencia (con el tú)”.

3.2.3. Dinámicas psicosociales del culto al cuerpo

Una mirada hacia la historia del hombre permite conocer los cambios en los que la visión de la corporalidad ha respondido en concordancia con los tiempos. La sociedad y la cultura ejercen una influencia importante sobre la imagen corporal. Al respecto, Behar (2010, p. 112) establece que:

Los factores socioculturales constituyen uno de los aspectos fundamentales en el desarrollo de los estereotipos corporales. Entre los atributos inherentes que la sociedad y la cultura ostentan se encuentran fundamentalmente: 1) el modelo cultural de belleza de nuestra sociedad occidental contemporánea; 2) los patrones estéticos; 3) la clase social; 4) el mundo del modelaje; 5) los medios de comunicación; 6) la publicidad y 7) el culto narcisista al cuerpo.

En sus planteamientos, refiere esta autora que, en cuanto al referente cultural de belleza de nuestra sociedad occidental contemporánea, los modelos son personajes claves en la difusión y exhibición de los patrones imperantes de siluetas corporales, que llegan masiva y particularmente a adolescentes y adultos jóvenes, quienes idealizan dichos modelos corporales. Referente a los patrones estéticos, expresa la autora que aquellas tallas delgadas se relacionan con belleza, logros y capacidad de autocontrol. Este posicionamiento contrasta con la desnutrición por exceso, esto es, el sobrepeso y obesidad; siendo estos individuos estigmatizados como lentos, pesados y con poco rendimiento. “Implícita y explícitamente se transmite el mensaje construyendo la noción de delgadez como valor axiomático, auténtico e irrefutable, como objetivo principal, como modelo corporal a perseguir” (Behar, 2010, p. 321).

En cuanto a la clase social de los sujetos, la autora expresa que los estereotipos estéticos han evolucionado trascendentalmente a lo largo de la historia, dejando atrás viejas normas y evidenciando cambios en la manera de vestir, los cuales se han extendido desde las sociedades complejas en sentido descendente, vale decir, de las clases más elevadas a las más bajas. En el mundo del modelaje, los profesionales de la moda –los diseñadores, modistos y costureras– juegan un papel relevante en la preocupación del sujeto por revelar u ocultar el cuerpo, pues, en la creación de diseños modernos, se realzan las formas de algunas partes del cuerpo –el cuello, los pechos, brazos, caderas, piernas– en busca de ostentar un cuerpo acorde con los lineamientos establecidos por la imponente industria de la moda. En sus afirmaciones sobre el imperio de lo efímero, Lipovetsky (1990, p. 41) aborda el tema de la moda de la siguiente manera:

La manera de vestir, que ya no se transmite de generación en generación y que conoce una multitud de variaciones y pequeñas opciones, proporciona la ocasión de desprenderse de las normas antiguas, de apreciar más individualmente las formas, de afirmar un gusto más personal; en lo sucesivo puede juzgarse más libremente el porte de lo demás, su buen o mal gusto, sus faltas o su gracia.

El planteamiento de este autor nos lleva a hacer conciencia de cómo el avance en la creación de las vestimentas ha incorporado diversas prendas que contrastan con lo normado en épocas pasadas, marcando así la tendencia de la reafirmación del cuerpo como espacio de referencia en la industria de la pasarela.

Por otro lado, siguiendo con los factores socioculturales que inciden en las dinámicas relacionadas con el culto al cuerpo, corresponde mencionar también el

papel de los medios de comunicación y su influencia en el seguimiento de las acciones que involucran los usos del mismo. En este sentido, Behar (2010, p. 323) establece que:

La relevancia otorgada al cuerpo se refleja especialmente a través de los medios de comunicación, el mundo del espectáculo, el ocio, el deporte y la publicidad, instancias que le adjudican a éste ciertas cualidades como juventud, belleza, sensación de higiene, seducción y aspecto deportivo y que habitualmente es discordante y alejada de lo habitual.

En efecto, los espacios de comunicación radial y televisiva son difusores de entrevistas, demostraciones y testimonios de sujetos con algún tipo de experiencia en el tema del cuidado de la imagen corporal, así como de todo tipo de ofertas dirigidas a quienes practican actividades físicas con las que se busca alcanzar un peso ideal, como es el caso de la gimnasia, ballet, danza moderna y otros. De igual modo, dentro del mundo del modelaje es muy común ver deambular cuerpos enflaquecidos, que, dentro de la valoración del Índice de Masa Corporal (IMC), son clasificados como de bajo peso o desnutridos. Dichos sujetos suelen representar alguna marca de renombre en la industria de la moda y la pasarela.

De igual modo, la publicidad constituye una poderosa herramienta de difusión acerca de los estereotipos del culto al cuerpo; diversas industrias de productos alimenticios y farmacéuticas dedicadas a la producción de suplementos nutricionales utilizan en sus etiquetas y *spots* promocionales imágenes que se consideran cercanas al cuerpo idealizado. Se promueven tanto cuerpos delgados –que condicionan el rechazo de quienes están en sobrepeso, independientemente de que padezcan alguna patología que lo provoque–, como figuras dotadas de prominentes músculos –que se

asocian al incremento en la frecuencia e intensidad de entrenamiento físico—, así como la ingesta de batidas, cápsulas, tabletas, ampollas y demás presentaciones de suplementos que prometen ingentes beneficios, la mayoría de las veces sin sustentación científica.

La preocupación por el alcance de un cuerpo esculpido coincide con los intereses del sujeto narcisista, aquel cuyas acciones de vida van encaminadas a la preocupación por su aspecto y a cómo es apreciado por los demás. Sobre el comportamiento individualista de este tipo de sujeto, Forte (2014, p. 1) nos dice:

El advenimiento del narcisismo como fenómeno social y cultural tiene que ver con la prevalencia de un nuevo tipo de individuo social, marcado por las rápidas transformaciones sociales y económicas, pero sobre todo aquellas transformaciones culturales producto del advenimiento de las nuevas tecnologías y de una sociedad orientada al consumo.

En la actualidad, esta condición social tecnologizada incorpora una conducta de consumo masivo y, a la par, puede fomentar de forma cíclica algunos tipos de competencia entre pares. Para Finol, esto corresponde a una condición ególatra donde se puede asumir posturas egocéntricas y que en la actualidad se establece como un nuevo fenómeno: En la sociedad del hiperconsumo, existe el desarrollo de “un creciente y elaborado neo-narcisismo que encuentra su espacio en el propio cuerpo: cuerpo vestido, cuerpo pintado, cuerpo adornado, cuerpo perfumado, cuerpo retocado, cuerpo reformado” (Finol, 2008, p. 397).

Estas acciones orientan a quienes lo practican a asumir la idea de un perfecto dominio corporal que se logra mediante la disciplina, a cultivar particularmente en los

ámbitos de la alimentación, el ejercicio físico y el deporte, el cuidado estético y el realce de algunas zonas corporales.

Es de comprender que las acciones indicadas aquí en torno al cuerpo, refuerzan un ideal de belleza, que establece una categorización dicotómica entre lo aceptable o inaceptable, lo gordo/lo flaco, lo bello/lo feo, lo que está a la moda y lo obsoleto, lo adecuado y lo impropio, lo cual va incidiendo frecuentemente en la manera de socializar y por ende, en la propia autoestima de los sujetos que viven esta dinámica de vida.

En el culto al cuerpo, como constructo cultural emergente de las prácticas cotidianas, se debe distinguir entre las concepciones jerarquizadoras a través de la historia. En este sentido, Bravin (2015, p. 36), sobre la dimensión cultural del cuerpo refiere lo siguiente:

El cuerpo como noción sociológica debe ser pensado diacrónicamente, en su imbricación con los cambios históricos y las clases sociales. Y en esta dirección diferenciar entre la práctica y el elemento en el inter-juego cultural que perpetua en el organismo como “realidad” autoevidente, como presente-ausente. En la línea, pues, de pensar relacionamente el cuerpo es necesario pensar las relaciones entre la noción de persona y cuerpo.

En tal sentido, el cuerpo representa el medio esencial de interacción del sujeto con el entorno, lo que le confiere unas características particulares, tales como: tipografía corporal, color de la piel, tipo de pelo, así como determinadas gesticulaciones faciales y corporales que caracterizan al sujeto, las cuales expresan sus estados emocionales en algunos contextos sociales.

Por otro lado, se descuidan aquellas relaciones interpersonales en las que no sea común esta práctica dedicada al cuerpo. De forma frecuente, se olvida que la real belleza se evidencia en otros aspectos, la empatía, el autoconocimiento, las relaciones sociales, entre otras. Al fin de cuentas, vivir en armonía con el entorno favorece la paz y la tranquilidad, lo cual se refleja como belleza real.

Las representaciones sociales son constructos mentales que involucran al conjunto de formas de pensamiento y razonamiento que son construidas en los procesos de interacción y comunicación social; las cuales tienen una naturaleza dinámica y permiten a los individuos interpretar la realidad, orientando y justificando su propio comportamiento. Se trata, por lo tanto, de una cultura compartida por los miembros de un grupo y que se encuentra internalizada, actuando como concreto parámetro de acción.

Otro aspecto a considerar son los diferentes usos de sometimiento del cuerpo, pues, a medida que una sociedad se transforma, emerge un nuevo interaccionismo simbólico que delimita cambios en estos, lo cual expresa la condición humana del sujeto en el mundo. Dicha condición se establece de forma corporal, pues el cuerpo representa la estructura identitaria en el plano individual y social. “Toda relación del hombre con el mundo implica la mediación del cuerpo” (Le Breton, 2010, p. 17). Ese cuerpo representa la base identitaria del sujeto que lo habita, es el medio de interacción que permite la autovaloración, así como la apreciación del entorno. A través del cuerpo adquirimos una identidad, un reconocimiento y una historia.

La relación del sujeto con el mundo está mediada por los sentidos, y estos deben estar socialmente condicionados y así se establece un sentimiento de pertenencia del sujeto hacia el colectivo que normaliza tales lineamientos o códigos de existencia.

“Las percepciones sensoriales, la experiencia afectiva y la expresión de las emociones parecen emanar de la intimidad más secreta del sujeto, pero no dejan de ser social y culturalmente modeladas, incluso si traducen siempre una apropiación personal”. (Le Breton, 2010, p. 21)

La comprensión del mundo es de inicio una tarea del cuerpo, pues, gracias a su existencia, el sujeto adquiere un espacio-real dentro de la red social a partir de la utilización de simbolismos dentro de las dinámicas ejercidas. Todas las actividades que conforman la trama de la existencia humana, desde la más simple e insignificante hasta la de mayor complejidad, involucran el cuerpo. El cuerpo instala y permite una estrecha relación con el mundo, pues está unido al mundo y el sujeto solo toma conciencia de él a través de sus sentidos.

Otro aspecto a tomar en cuenta es el hecho de que las diferentes etapas que constituyen la historia de la humanidad evidencian algunas cuestiones simbólicas en el culto al cuerpo como expresión existencial. “La existencia de continuidades y rupturas en las expresiones rituales son el resultado del cambio cultural, cuyas consecuencias se expresan en la reinterpretación de la identidad” (Choque y Pizarro, 2013, p. 56). Dentro de estas dinámicas se pueden citar los cultos dedicados a la madre tierra, a fenómenos atmosféricos y animales.

Al respecto, Nogués (2002, p. 4) nos dice: “La vinculación que ofrece el ritual manifiesta la continuidad del grupo en el tiempo y, por tanto, da cuerpo al sentido histórico de la vida en comunidad”; y entiende que “podríamos afirmar que el ritual es un proceso que estructura lo cotidiano” y que su importancia radica en que “el ritual imprime una lógica cultural al conjunto de momentos que jalonan la vida social, la propia existencia del grupo”.

Lo que aquí se plantea, según lo ya descrito por Nogués, es que la sistematización de las prácticas incluidas en el fenómeno del culto al cuerpo favorecen el fortalecimiento del sentido de pertenencia a un determinado grupo o colectivo, donde se realizan acciones cotidianas dirigidas al alcance de un propósito común. Detrás de esta preocupación por los aspectos estéticos y por la salud, lo que se encuentra es esa utopía que el hombre ha perseguido a lo largo de su historia, la inmortalidad, ya que lo que se intenta es no envejecer o parecer que el tiempo no pasa por él.

La idealización de la imagen corporal, que se manifiesta en la búsqueda de una belleza representada a través de la apariencia física, exhibe una tendencia en aumento en todos los escenarios, sin importar clase social, nivel económico o educativo. Representa una imposición social que refleja aceptación y poder. En los diferentes medios de comunicación impera el llamado a las distintas prácticas físicas con el propósito de alcanzar este ideal sin importar a qué etapa de vida sea dirigido el mensaje.

Tal como apunta González (2013, p. 108): “El culto que se rinde al cuerpo en la sociedad cada día va en incremento. En este momento, se tiene una industria basada en la sobrevaloración de la delgadez y es alrededor de ésta que la publicidad presenta como ideal el ser delgado. De tal forma que si además se ensalza a la belleza, la juventud y la salud, no es extraño que aumente la preocupación por la imagen corporal”. De modo que la idealización y la búsqueda excesiva de una imagen corporal delgada favorecen el consumo desmedido de presentaciones farmacéuticas y productos comestibles que involucren resultados negativos en la salud a mediano y largo plazo, como son los TCA, la Insuficiencia Renal Crónica (IRC), la Hipertensión Arterial (HTA) y las patologías inflamatorias del tracto gastrointestinal. La percepción de la imagen y el hecho de cómo se sienten observados los sujetos en su

entorno condicionan la selección de los alimentos. En tal sentido, las industrias cuyos productos van dirigidos a esta parte de la población, han agotado diversas acciones de cara a satisfacer la demanda cada vez mayor de insumos que promuevan la longevidad, vigor y belleza.

En la construcción de la imagen corporal se involucran diversos aspectos, como la percepción del sujeto respecto a la forma, el tamaño y el peso del cuerpo. Citando a Schilder, Vaquero *et al.* (2013, p. 28) apuntan que:

La imagen corporal es “la imagen que forma nuestra mente de nuestro propio cuerpo, es decir, el modo en que nuestro cuerpo se nos manifiesta”. Por tanto, la imagen corporal no está necesariamente correlacionada con la apariencia física real, siendo claves las actitudes y valoraciones que el individuo hace de su propio cuerpo.

Por otro lado, entre los factores individuales que pueden influir en la apreciación de la imagen corporal, se encuentran: 1) las diferencias genéricas; la feminidad y los trastornos de la conducta alimentaria; 3) el factor étnico; 4) la familia; 5) las amistades; 6) las críticas o burlas; 7) el desarrollo físico y el reforzamiento social; 8) la adolescencia; 9) el perfeccionismo y 10) los sitios web de fácil acceso y libres de costos que reúnen a comunidades virtuales a favor de la anorexia (“pro-ana”) y bulimia (pro-mia), los cuales promueven estos trastornos de la conducta alimentaria como un estilo de vida a elegir.

En este contexto, las diferencias corresponden al género y el establecimiento de los estándares corporales para ambos sexos. En tal sentido, Behar *et al.* (2001, p. 2) afirman que: “La orientación del rol genérico y, particularmente, la socialización vinculada a la identidad genérica femenina, coloca a las mujeres en riesgo para

desarrollar un trastorno alimentario, principalmente durante el período de adolescencia y adultez joven.

De otro lado, con Sepúlveda *et al.* (2001, p. 15) “se entiende como alteración de la imagen corporal la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que no coinciden con las características reales”. En este sentido, la alteración de la autopercepción en la imagen corporal corresponde a una de las condiciones más comunes en la práctica del culto al cuerpo. Una de las manifestaciones de esta alteración corresponde a la Dismorfia Muscular (DM), un síndrome que produce autopercepción distorsionada, con una importante y obsesiva preocupación por el tamaño y la definición de los diferentes planos musculares. “La DM es similar a los trastornos de la conducta alimentaria en la medida en que ambos conllevan una preocupación por los defectos del cuerpo y el uso de varias técnicas para intentar cambiarlos” (Galiana et al., 2017).

En este sentido, los sujetos que viven sumergidos en la dinámica del culto al cuerpo, pueden presentar valores e ideales relacionados con una distorsión perceptiva de la propia imagen corporal. En dicha distorsión influye el grado e impacto ejercido en otras dimensiones de la vida del sujeto para que sea considerada una condición patológica, por lo que existen criterios diagnósticos que definen estas alteraciones y se pueden estimar tres tipos.

La primera clasificación corresponde a las alteraciones perceptivas, donde se utilizan técnicas dirigidas a evaluar el grado de distorsión o percepción del tamaño corporal. En segundo lugar están las alteraciones de aspectos subjetivos, cuyas técnicas permiten detectar alteraciones en las emociones, los pensamientos y las

actitudes sobre la propia imagen. En tercer lugar se agrupan los llamados “aspectos varios”, donde se incluyen aquellas alteraciones que no corresponden a las anteriores. (Vaquero *et al.*, 2013, p.30).

Más tarde, se establecen los aspectos cognitivo-afectivos, los cuales involucran las actitudes, los sentimientos y las valoraciones que dimensionan la percepción del cuerpo, tales como el peso, el volumen, el tipo o la forma de algunas partes de él. Desde el punto de vista emocional, la imagen corporal incorpora experiencias de placer, displacer, satisfacción, disgusto, rabia, impotencia y frustración.

Por último, se indican los aspectos conductuales, los cuales abordan las diferentes conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo. Puede ser su exhibición, la evitación, la comprobación, los rituales y ocultamiento de algunas partes corporales.

En este sentido, los aspectos cognitivo-afectivos –relacionados con las apreciaciones, emociones o condiciones que se derivan del cuerpo– generan experiencias de ego, placer y tristeza relativas a la autopercepción del cuerpo. Sobre ese aspecto, Rosario (2009, p.11) nos dice que “la imagen corporal es la representación mental del cuerpo, que se va gestando durante la niñez y en la adolescencia, donde resulta trascendental para el desarrollo psico-social de la persona”.

En cuanto a los aspectos conductuales, diversas teorías nos hablan sobre las acciones que experimenta el sujeto frente a sí mismo. “La imagen del cuerpo constituye una parte muy importante de la autoestima de muchas personas” (Rosario, 2009, p. 12). Esto significa que la integración de la propia imagen y los juicios de valor derivados del entorno generan la autovaloración del yo-cuerpo.

Esto permite entender que la imagen corporal incorpora distintas variables, dentro de las cuales podemos considerar en primer lugar, los aspectos auto-perceptivos, los cuales se refieren a la aceptación del cuerpo-propio, en cuanto al tamaño, el peso y la forma del cuerpo. De modo que existe un riesgo importante de que, al adoptar una conducta obsesiva con estas prácticas, este hecho puede dar origen a que los individuos experimenten dificultades en el desarrollo de las habilidades de socialización. Continuando con esta temática, Salaberria *et al.* (2007, p. 173) enuncian que:

Nuestra sociedad occidental ha convertido al cuerpo y a sus cuidados en un negocio, así la preocupación por el cuerpo y la apariencia física se ha convertido en una fuente de consumo y en una industria. La consecuencia es que la atención de mucha gente está centrada en el aspecto físico. Esta preocupación con el cuerpo y la insatisfacción con el mismo pueden ir desde una preocupación normal hasta llegar a ser patológica.

Desde hace varias décadas existe una puntual preocupación por el incremento exhaustivo en la búsqueda de la imagen socialmente impuesta. Aportando al tema, Vera (1998, p. 36) nos advierte:

En la actualidad, en el mundo en el que vivimos, se está invirtiendo mucho más en cirugía estética y medicamentos hormonales, que en encontrar las cura de enfermedades degenerativas como el Alzheimer. En los próximos tiempos, de continuar estas prácticas, la población será de adultos mayores esbeltos y vigorosos, pero sin memoria.

Lo cual llama a preocupación, pues esto indica que prevalece una mayor preocupación por lo carnal, mediático y aparente, aunque las funciones cognitivas

avancen al declive. En la revisión de la historia de algunas poblaciones, se pueden corroborar algunas prácticas que incorporan el sufrimiento a cambio del modelo de belleza impuesto por la cultura de dichos pueblos. Al respecto, De la Serna (2004, p. 1) escribe lo siguiente:

Las elongaciones o aplastamientos craneales observados en culturas precolombinas, las atroñas en los pies de mujeres de Extremo Oriente consecuencia del vendado a que se les sometía desde la más tierna infancia, los largos cuellos de jirafa de determinadas tribus de África o las elongaciones de orejas o labios, hacían más bellas a estas personas que ahora nos parecen deformes o monstruosas.

A pesar de que la inquietud por exhibir características aceptadas como bellas ha estado presente en todas las épocas de la vida del hombre, en las últimas décadas ha logrado proporciones nunca vistas. En consecuencia, advierte De la Serna (2004, p. 1), “la preocupación anómala por la imagen corporal no es exclusiva de nuestros días. La historia y la cultura de los pueblos nos enseñan que forma parte de la humanidad”.

Al respecto, estos incrementos han impactado en gran manera las dinámicas económicas y sociales, favoreciendo la aparición de un nuevo paradigma. Behar (2010, p. 320) plantea el hecho de que:

Durante los últimos 50 años, las condiciones socioeconómicas y nutricionales han cambiado dramáticamente en todos los países industrializados. Como consecuencia, ha habido un abrupto incremento en la prevalencia de la obesidad. Simultáneamente, las presiones sociales y culturales para mantener una silueta corporal delgada han aumentado significativamente.

En ese sentido, la presencia de la mujer en los espacios laborales, tanto públicos como privados, demanda un cambio en la imagen más vanguardista. Al respecto, Behar (2010, p. 321) nos cuenta lo siguiente:

Después de la segunda mitad del siglo XX, surge la noción de la “mujer moderna”, de raza blanca, ejecutiva y vanguardista. El precepto de libertad, del ahorro de tiempo y el acceso tecnológico fueron configurando este perfil, más allá de la identidad personal, la postura y la condición social, que se ha ido institucionalizando como una norma, produciendo cuerpos irreales, donde las fronteras entre lo natural y lo artificial, se encuentran totalmente desdibujadas.

Lo planteado por la autora permite comprender cómo se ha construido en los últimos tiempos una imagen que evoca autonomía y empoderamiento, y se ha establecido un perfil de belleza que dista de lo real, sobre todo en poblaciones como la nuestra donde convergen una mezcla exquisita de etnias que han dado origen a una diversidad de rasgos que no se pueden adjudicar a una raza exclusiva. Dichos planteamientos, si no existe una identidad cultural y sólida autoestima, favorecen la desvalorización de la propia imagen y puede dar origen a trastornos conductuales y afectivos.

En cuanto al desarrollo físico y el reforzamiento social, los cambios físicos exteriorizados en la pubertad pueden ser motivos de angustia en cuanto a la percepción de la autoimagen. Behar (2010, p. 326) afirma que “los cambios biopsicológicos puberales... son considerados generalmente grotescos o que les engordan o como una prueba de estar convirtiéndose en personas mayores”. Estos cambios generan opiniones que ejercen algún tipo de influencia en la imagen corporal,

así como en la autoestima. En cuanto a sitios web “pro-ana” y “pro-mia”, Behar (2010, p. 331), asumiendo algunos conceptos referentes a la virtualidad y la conducta alimentaria, afirma que:

Los sitios de Internet pueden favorecer el acceso a los tratamientos, pero también pueden reforzar ciertos aspectos psicopatológicos de la anorexia nerviosa, tales como ascetismo, competitividad, conductas purgativas y la obsesión por el control. Los términos "pro-ana" y "pro-mía" en Internet, se refieren a un grupo o subcultura que promueve y apoya la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, respectivamente, como una elección de estilo de vida alternativo más que como un desorden alimentario.

Este comentario evidencia el aporte de la comunicación virtual a la expansión de las diversas prácticas para adquirir el aspecto idealizado por la sociedad. Así, a partir del grupo de pares al que pertenezca el individuo, estos reafirmarán o no ciertas prácticas, como suele ocurrir con los adolescentes, para quienes la presión ejercida por los compañeros es muy importante en su cotidianidad.

IV. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN EL CULTO AL CUERPO

“Fue, pues, una hazaña memorable descubrir la transformación del alimento, descubrimiento muy difícil, ante todo por el hecho de que se trata de una práctica que antes nadie había hecho, que no puede imitarse, que es en realidad, el esbozo del modo de acción propio del hombre que le distingue de los demás animales”.

Faustino Cordon (1991)

La naturaleza del hombre a la luz de su origen biológico.

El cuerpo se establece como una unidad que obedece a diversas valoraciones: biológicas, psicológicas, sociales, estéticas y políticas, por lo que ha de entenderse

que representa un espacio de construcción de sentido ligado a diversas significaciones a partir de la experiencia vivida por el sujeto encarnado. De modo que es una entidad dinámica anatómo-fisiológica presentada ante un contexto donde se establecen ciertos lineamientos de aceptación o rechazo a la imagen corporal que este presenta y a los mismos ojos del sujeto, esto es, la autopercepción de su apariencia.

En el primer caso, los cuerpos se transforman de acuerdo a las condiciones geográficas y climáticas de los territorios habitados. En el segundo caso, podemos afirmar que la autopercepción de la imagen corporal del sujeto varía en consonancia con la época, los intereses personales y los patrones culturales impuestos por la sociedad en cuestión, que condicionan la manera de apreciar y someter al cuerpo.

La complejidad del organismo se puede observar en los cambios presentados en el cuerpo físico, los cuales tienen que ver con el desarrollo del mismo en las primeras etapas de vida, así como la aparición de las características sexuales secundarias, pues, además de duplicarse la talla o estatura del sujeto, se convierte en un ser capaz de reproducirse. Otro aspecto a considerar es el hecho de reflexionar desde la percepción del cuerpo, lo que en fenomenología se denomina corporeidad o corporalidad, la cual se refiere a las concepciones existentes sobre el cuerpo, que están determinadas por las características epocales y espaciales imperantes en el contexto en que vive el sujeto.

El cuidado del cuerpo representa una de las principales acciones en la historia de la humanidad, pues, desde la visión antropológica de las prácticas humanas, ha existido una preocupación por el mantenimiento del mismo, aunque durante las últimas décadas ha prevalecido la búsqueda de una vida longeva con una apariencia juvenil.

En tal sentido, la ingesta de alimentos corresponde a una de las necesidades básicas para la sobrevivencia. “Desde una perspectiva antropológica, la alimentación humana debe ser detectada como un fenómeno complejo, dado que, como expresión sociocultural atraviesa a la totalidad de la actividad humana en contextos biológicos, sociales y culturales en el transcurso de su historia”, nos dice Piña (2014, p. 1). De acuerdo a lo expresado por él, la alimentación representa una de las prácticas esenciales para la existencia del hombre. La dimensión socio-cultural de la alimentación está conformada por los modos de comer de los sujetos, los significados asignados a los alimentos, las condiciones que posibilitan o restringen el consumo de algunos grupos de alimentos, así como los rituales establecidos en torno a estos.

El consumo de los grupos de alimentos representa una de las principales recomendaciones realizadas por los profesionales de la salud a través de las diferentes herramientas educativas gráficas, como son las guías alimentarias y los diferentes modelos de pirámides nutricionales, para dotar a la población del conocimiento alimentario y nutricional necesario para una adecuada selección de los alimentos, pues, “los alimentos proporcionan la energía y los materiales básicos para incontables sustancias que son esenciales para el crecimiento y la supervivencia del ser humano” (Mahan y Raymond, 2013, p. 58).

Dichas recomendaciones corresponden a uno de los pilares esenciales que conforman un estilo de vida saludable y garantizan el aporte de los nutrientes requeridos para el mantenimiento de la vida, pues la adopción de un estilo de vida saludable, a decir de Puerto y Tejero (2013, p. 57), implica asumir preventivamente una adecuada ingesta alimentaria:

Hasta los años 80, se consideraba que la comida sólo tenía un papel nutricional en el organismo, pero a partir de los años 90, se empieza a considerar a los nutrientes como una herramienta de prevención para preservar la salud de enfermedades crónicas y degenerativas, aumentando así el bienestar.

La evolución en la forma de asignar valor a los alimentos, en palabras de Puerto y Tejero, revela la importancia del consumo de los mismos desde el enfoque preventivo como parte de un esquema de estilo de vida saludable. Esta realidad permite, en la sociedad actual, una toma de conciencia a la hora de la adquisición y el consumo de los alimentos, lo cual conlleva el desarrollo de diversas prácticas impregnadas de significados y subjetividades, como son la forma de higienizar, de manipular y de almacenar estos insumos en el hogar, así como las técnicas culinarias utilizadas para la cocción y el modo de presentación de estos a la hora de servirlos en la mesa. Todas estas actividades en torno a la alimentación están cargadas de significados y sentidos, que responden a las demandas del contexto social, y permiten el establecimiento de algunos patrones idealizados para el alcance de la imagen corporal socialmente impuesta.

El concepto de alimentación involucra una serie de aspectos que incluyen, en el caso de los alimentos de origen vegetal, la planificación de los cultivos, la época de la siembra, el tipo de semilla, así como los métodos de abono, riego y cosecha. En el caso de los alimentos de origen animal, se considera si es una producción industrial o de corral o de patio, el tipo de alimentación, el seguimiento veterinario y el método de sacrificio. El desarrollo de la producción, la disponibilidad y el acceso de los alimentos involucra toda una lista de ciencias auxiliares, dentro de las cuales se pueden citar la administración, el mercadeo y la psicología de los alimentos, entre

otras; todo esto en favor de dar respuestas a las demandas de consumo de una sociedad que busca cada vez más incrementar la calidad de los alimentos consumidos con el propósito de alcanzar un adecuado bienestar físico. Sobre esto último, Álvarez y Álvarez (2009, p. 1) afirman lo siguiente:

Desde siempre se ha sabido que una adecuada alimentación es muy importante para la salud y el normal funcionamiento del cuerpo. A la hora de hacer la compra, la salud es uno de los principales motivos que tienen en cuenta los miembros de las sociedades desarrolladas para la elección de los alimentos.

Lo planteado por estos autores indica que, en algunos sujetos imbuidos por esta idea de exhibir un cuerpo que se vea saludable, imperan algunas preferencias por la adquisición y consumo de ciertos grupos de alimentos para el alcance de un ideal físico estandarizado por el contexto, que involucra una gran presión social. Para tales fines, se requiere del cuidado alimentario y nutricional de forma integral del sujeto, en cuanto a los cuidados dietéticos-nutricionales. Al respecto, Mahan y Raymond (2013, p. 58) afirman lo siguiente:

La valoración nutricional constituye el primer paso del proceso de asistencia nutricional para el profesional sanitario. La valoración ha de incluir ciertos elementos clave de los antecedentes clínicos o médicos del paciente, situación actual, determinaciones antropométricas, resultados bioquímicos y analíticos, información sobre el tratamiento con fármacos y fitoderivados para posibles interacciones entre alimentos y fármacos, junto con datos completos sobre la ingesta y los antecedentes

alimenticios y nutricionales, con el fin de poder implementar un plan nutricional satisfactorio.

Lo planteado por Mahan y Raymond coincide con parte del protocolo de atención utilizado en la consulta de asistencia nutricional, donde una de las pautas a seguir es el recordatorio alimentario de 24 horas, el cual es una herramienta que recoge la información de la ingesta oral en un día; dicha información orienta al especialista acerca de las preferencias, el tamaño y la frecuencia de las porciones, los métodos de cocción y los lugares donde el paciente consume los alimentos. En cuanto a la atención nutricional del paciente hospitalizado, una herramienta de gran importancia para su seguimiento corresponde a la Valoración Global Subjetiva (VGS), que permite realizar el tamizaje nutricional para conocer el posible riesgo de desnutrición hospitalaria.

La ejecución de estas acciones debe ser realizada por un profesional de la salud con el conocimiento científico requerido, con la finalidad de dar un seguimiento nutricional adecuado, evitando posibles alteraciones en el equilibrio de los procesos bioquímicos del organismo, que favorezcan la aparición de patologías orgánicas, así como de algún trastorno conductual en las interacciones sociales de los sujetos. El seguimiento de patrones alimentarios carentes del nivel médico especializado requerido corresponde a una de las principales problemáticas actuales, puesto que existe un intrusismo por parte de individuos que no cuentan con los conocimientos necesarios para tales fines (coach de vida de bienestar y salud, entrenadores personales, etc.).

4.1. Comportamiento alimentario en el culto al cuerpo: La construcción de lo cotidiano

Los primeros años de vida son esenciales para la configuración del comportamiento alimentario del sujeto. La influencia ejercida por la madre como administradora de los recursos del hogar, en la mayoría de los casos, así como los patrones culturales, condicionan la construcción de lo cotidiano en cuanto a los hábitos alimentarios. Al respecto, Bernabeu-Mestre *et al.* (2014) apuntan que:

La evolución histórica, antropológica y sociológica de la alimentación, la nutrición y la dietética en el contexto de la salud y la enfermedad, involucran una diversidad de factores que han incidido en los diferentes sistemas de producción y consumo de alimentos.

Estas acciones hacia el consumo y la producción de alimentos guardan relación con las experiencias vividas en cuanto al establecimiento de la imagen corporal, tanto a nivel micro, esto es, en el seno familiar, como a nivel macro, en el entorno social. A nivel micro, además de la predisposición genética, trasciende el hecho de los hábitos alimentarios aportados en la crianza y la herencia, que condiciona la morfología y dimensiones corporales; por otro lado, a nivel macro, está el hecho de las condiciones geográficas y la capacidad de producción agropecuaria local. En referencia a esto, vale la pena citar a López (2015, p. 6), quien plantea algunos aspectos sobre la subjetividad del cuerpo:

Esta representación y vivencia del propio cuerpo se compone de tres variables: La primera, referida a los aspectos perceptivos entendidos como precisión con que se percibe el tamaño, el peso y la forma del cuerpo, en su totalidad o sus partes. La segunda, centrada en los aspectos cognitivos-afectivos, referidos a actitudes, sentimientos, pensamientos, valoraciones que despierta el cuerpo, su tamaño, su peso, su forma o

algunas partes de él. Y la tercera, basada en los aspectos conductuales, o conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo.

De este modo, la vivencia del propio cuerpo se constituye en una forma de expresión que transmite la historia construida en torno al comportamiento alimentario y las dinámicas instaladas en la cotidianidad del sujeto. Por otro lado, las mismas pueden relacionarse con la elección de comer o no comer, conductas que pueden derivar en algún tipo de Trastorno de Conducta Alimentaria (TCA), las cuales se describen en el presente capítulo, siendo frecuente su aparición en quienes agotan diversas acciones para el alcance de una imagen corporal idealizada por la sociedad contemporánea, esto es, vivir en el fenómeno del culto al cuerpo. Al respecto, González (2020, p. 35) nos dice:

Los estereotipos físicos nos condicionan, igual o más que las clasificaciones sociales, van creando imaginarios que excluyen y discriminan. Cuando se da la imposibilidad de alcanzar ciertos cánones físicos, se ve afectada la autoestima del individuo excluido, hay una autodegradación directa que da lugar a severas patologías psicofisiológicas, entre ellas los TCA.

Estas afirmaciones nos permiten conocer la influencia ejercida por el aspecto social en cuanto a la modificación del consumo de alimentos; por consiguiente, una alimentación adecuada en calidad y cantidad de los diferentes grupos de alimentos está condicionada por el grado de autoestima del sujeto y por cómo este se siente percibido por los demás sujetos. En tal sentido, una adecuada salud emocional, con el debido reforzamiento de la autoestima durante los primeros años, favorece a un

apropiado estado de bienestar y salud en todos los grupos etarios, pues el individuo asume la responsabilidad del cuidado de su cuerpo.

El abordaje fenomenológico del comportamiento alimentario en quienes viven este fenómeno social permite asignar un sentido a los alimentos y preparaciones nutricionales, tanto industrializadas como artesanales, pues aquí se manifiesta la aceptación o el rechazo por algunos tipos de comestibles, según sea el caso. Es de entender, entonces, que el desarrollo del comportamiento alimentario humano está determinado por diversos aspectos, como los aportes ancestrales y la producción agropecuaria, así como la “cambiante permanencia” de la cultura alimentaria, lo cual favorece la construcción simbólica establecida en los diferentes grupos de alimentos de una determinada población. En ese orden, “el acto alimentario, como hecho social total, deja de ser un puro comportamiento y se concibe también como un valor y un hecho de conciencia y de poder” (Henríquez, 2006, p. 84).

En efecto, el acto de comer tiene un profundo significado social, pues permite el intercambio y fortalecimiento de las relaciones interpersonales, por lo que esta dinámica debe ser ofertada dentro de un marco o contexto agradable y afectivo. De modo que es necesario establecer una mirada desde la perspectiva fenomenológica hacia las prácticas alimentarias incorporadas en la cotidianidad de los sujetos que viven la dinámica del culto al cuerpo. Para este tipo de individuo, como parte de un colectivo, las prácticas alimentarias están cargadas de sentido, utilidad y significado en el contexto de sus relaciones sociales.

Dichas interacciones sociales se establecen en los entornos de actividad física y parten de la experiencia previa, la cual, puede ser propia o asumida, permitiendo la identificación de las relaciones dialécticas entre las diferentes posturas teóricas ya

descritas anteriormente, así como la aparición de las categorías propias y contextuales de los propios sujetos.

Con relación a las consideraciones antes mencionadas, acerca del comportamiento alimentario y la construcción de las acciones cotidianas, se derivan dos principios generales de discusión acerca de los fundamentos de los sistemas y procesos de alimentación en general:

El primero hace referencia al hecho cultural, pues las prácticas de la alimentación humana presentan formas de configuración puntuales, de acuerdo con los requerimientos de cada grupo, sus aspectos culturales, históricos y ambientales. Esto permite la conformación de un sistema de alimentación particular que, a su vez, posibilita el reconocimiento desde distintas dimensiones y perspectivas disciplinarias.

El segundo principio hace referencia a que el sistema de alimentación es dinámico y es susceptible de modificaciones propias de sus condiciones y contextos, a corto, mediano y largo plazo. Estas alteraciones sistémico-procesuales permiten: 1) ampliar o diversificar la base de sustentación del sistema, y 2) eliminar o restringir algunas partes o la totalidad del mismo, por medio de la sustitución de algunos alimentos.

De tal dualidad se desprenden algunas de las condiciones de las que el sujeto, como ente social se apropia y asume sus prácticas cotidianas en relación con la alimentación, en la búsqueda de un cuerpo propuesto por el colectivo y que ha de expresarse por medio de una imagen corporal que indica un estado nutricional particular. Los antecedentes en las prácticas de la alimentación puede ser definidos como prácticas dialógicas y, por tanto, como estrategias cotidianas de reproducción social en constante transformación, en que tanto el sujeto individual como el

colectivo se sumergen a fin de alcanzar de los objetivos propuesto en el culto al cuerpo.

Visto esto, cabe decir que es de gran importancia el hecho de comprender la alimentación como un fenómeno transhistórico y transcultural, no solo porque para el individuo representa una estrategia que garantiza la continuidad de la vida y, por ende, el entramado colectivo de las sociedades, sino también por las configuraciones que se van adquiriendo de acuerdo a las diferentes épocas. Todo esto incide en las distintas formas de interacción del sujeto con el medio y, por lo tanto, modifica la sociabilidad de los colectivos, lo cual es parte de los procesos históricos-evolutivos.

De modo que el proceso de alimentación representa una dinámica en que observamos una capacidad de autotransformación o autoinvención en lo cotidiano; esto así porque, en la medida en que en este proceso se crean cíclicamente algunas de las condiciones permanentes de existencia del sujeto, se constituye de forma esencial la comprensión de sus modos de vida. En este contexto, la alimentación, como necesidad básica para la vida, requiere de la obtención, la selección, el almacenamiento, la preparación y el consumo de alimentos, lo cual expresa diversas características de la cultura en cuestión y asigna una identidad cultura a partir de las prácticas alimentarias cotidianas.

4.2. Representación simbólica de los alimentos: asignación de sentido a las dinámicas alimentarias

La ingesta de alimentos representa uno de los pilares fundamentales en el estilo de vida de una población, y permite el desarrollo de intercambio de significados, sentidos y valores. “La alimentación como proceso social y cultural implica el reconocimiento de una dimensión productora de representaciones y relaciones materiales que determinan y proporcionan nuevos significados a las relaciones alimentarias” (Díaz, 2018, p. 14).

Las diferentes prácticas alimentarias están constituidas por la elección de consumo de los diferentes grupos de alimentos establecidos en la pirámide nutricional, el método de cocción seleccionado en la preparación, el tamaño de las porciones, así como la frecuencia de la ingesta de alimentos por día. Este conjunto de acciones o actos voluntarios corresponden a un patrón conductual configurado a partir de influencias externas en diferentes ámbitos: educativo, económico, social, contextual, geográfico y religioso. Como lo hacen notar Díaz y Morant (2007, p. 8) en cuanto a las alternativas de consumo del mercado:

Además, estar sano ya no es un deseo y una aspiración natural de toda persona, sino una especie de *tiranía* que ha convertido la salud en un deber que, según la industria del bienestar, sólo podemos satisfacer mediante el consumo de determinados productos y servicios comerciales. Se ha impuesto la delgadez (incluso extrema) como canon de belleza, con la consiguiente explosión de dietas milagrosas y la expansión de los alimentos light, la extensión de la cirugía estética a clases sociales a las que antes estaba vedada, la apología del ejercicio físico, y el florecimiento de los gimnasios, spas, balnearios y centros *wellness*.

El significado de los alimentos permite una propuesta teórica para replantear los propósitos de dichas acciones en el modo de seleccionar y consumir estos productos. El desarrollo del comportamiento alimentario humano está determinado por diversos aspectos, como los aportes ancestrales y la producción agropecuaria, así como la “cambiante permanencia” de la cultura alimentaria, lo cual favorece a la construcción simbólica establecida en relación con los diferentes grupos de alimentos de una determinada población. “El acto alimentario como hecho social total deja de ser un puro comportamiento y se concibe también como un valor y un hecho de conciencia y de poder” (Henríquez, 2006, p.84).

Lo anterior permite comprender que la ingesta e intercambio de alimentos tiene un profundo significado social, permite el intercambio y fortalece las relaciones interpersonales, una dinámica que debe ser establecida dentro de un marco o contexto agradable y afectivo.

Por otra parte, se debe considerar que el entramado sociológico de un determinado colectivo de sujetos emerge a partir de espacios de turbulencias, fragmentación y confusión. La sociología intenta identificar las necesidades culturales para dar cuenta del sentido de la dinámica social observada. A partir de la segunda mitad de la década de los sesenta en el siglo XX, se observa un ordenamiento sistemático de aquellos enfoques que abordan las modalidades corpóreas de los sujetos con el aspecto social y cultural de su contexto. “El hombre se concibe como emanación de un entorno social y cultural” (Le Breton, 2018, p. 22).

Esto permite concebir que la condición humana y, por ende, la dimensión corporal, se sitúan bajo un sentido de corporalidad por el que la condición social es consecuencia directa de que el sujeto posea un cuerpo que garantiza un vínculo social

con el mundo que le rodea. Vale la pena traer a colación lo descrito por Sánchez (2015, p. 27), quien destaca lo siguiente:

En la sociedad del “culto al cuerpo” se ha instalado un nuevo ideal, que sobrepasa al ya existente, que promueve el alcance de un estándar de salud, este es el de “estar en forma”, esto es, exhibir cuerpos acorde a la tendencia *fitness*.

Considerar esta tendencia *fitness* implica abordar el concepto “*Fit*”, que en español significa poseer una imagen corporal en forma y, por tanto, quien asume dicha tendencia, es considerado un sujeto en bienestar o saludable. En otras palabras, se considera estar en buena forma se refiere a las buenas condiciones físicas de una persona. Por lo que se puede entender, de acuerdo a lo planteado, el *fitness* como un estilo de vida por el que se llevan a cabo un conjunto de prácticas que conjugan un determinado modo de alimentación y un tipo de rutina de ejercicios físicos. Aunque ambos conceptos suelen usarse de forma ambivalente, aluden a ideas diferentes.

El *fitness* se asocia a un sector lucrativo de consumo masivo, que ofrece un conjunto de servicios para la evolución corporal, para el esparcimiento, para la vida en bienestar de todas aquellas personas que desean ejercitar su cuerpo pagando un determinado monto por la obtención de dicho servicio; costo que las clases medias suelen solventar, aunque en la actualidad se observa que también sujetos de menor poder adquisitivo están llevando a cabo estos entrenamientos.

En adición a esto, se promueve la idea de que el alcance de un cuerpo fit, significa que el sujeto goza de buena salud, lo cual no siempre es así, debido a que, por un lado, existen condiciones preexistentes y, por otra parte, en el desarrollo de esta búsqueda de la imagen corporal deseada, se incurre en prácticas no adecuadas que impactan de

forma negativa en el estado de salud, siendo estas, en la mayoría de los casos, estimuladas por entrenadores y profesionales de la salud que, quizás por desconocimiento o para aumentar los ingresos económicos, realizan estas recomendaciones.

En el caso de la salud, se trata de un concepto normativo, propio de la sociedad tradicional y que traza el límite entre lo fisiológico y lo patológico. La salud es un estado concreto, deseable y correcto, en tanto que puede definirse, describirse y evaluarse con precisión.

En los individuos que se adscriben al modelo fit predomina una constante dedicación hacia el cuidado estético, disfrazado muchas veces de una aparente preocupación por la salud. Estos se organizan en colectivos que reproducen determinadas actividades para “moldear” su propio cuerpo con el objetivo de lograr alcanzar un ideal de apariencia física impuesto socialmente a través de la publicidad..

Lo cierto es que estos sujetos incorporan valores, ideas y significados asociados a ciertos alimentos considerados “saludables”, dentro de los que predominan productos industrializados promovidos por la publicidad y el mercadeo, como suplementos orgánicos, dietéticos, bebidas energizantes y demás. A pesar de que, en muchas ocasiones, lo que se promueve no es del todo cierto, y existe una tendencia a exagerar las propiedades de estos.

La construcción del mundo de los sujetos se opera bajo condiciones estructurales. Se puede considerar que el acto de alimentarse como práctica/acción permite un espacio social cargado de una multidimensionalidad de campos autónomos, lineamientos y reglas propias, lo cual corresponde a un importante objeto de

investigación para la Teoría de las Prácticas Sociales, que, a decir de Reckwitz (2002, citado por Ariztía, 2017, p. 223), establece que:

La práctica es una forma rutinizada de conducta que está compuesta por distintos elementos interconectados: actividades del cuerpo, actividades mentales, objetos y uso, y otras formas de conocimiento que están en la base tales como significados, saberes prácticos, emociones y motivaciones.

Lo cierto es que el culto al cuerpo corresponde a una práctica emergente en busca de satisfacción, aceptación y gratificación. Mantenerse en el peso “ideal”, cumplir con ciertos cánones de belleza y de estética, dar la apariencia de “estar sano”, hacer ejercicio, consumir suplementos nutricionales, dar seguimiento a dietas o la sustitución de alguna de las ingestas de comida por preparados que supuestamente contienen todos los nutrientes necesarios para un cuerpo saludable y delgado, corresponden a algunas de las demandas que exige el mundo contemporáneo.

Las realidades alimentarias que se han creado con el paso del tiempo constituyen una ventana abierta para la comprensión de diversas manifestaciones culturales; de tal manera, que el mosaico de lenguajes que se revela en el sistema de alimentación está cargado de simbolismos y significados que representan quiénes somos, en lo individual y en lo colectivo. A través de la historia cultural de las formas de alimentación de un pueblo se puede incursionar en el conocimiento de sus estructuras sociales.

De la misma manera, el alimento preparado contiene un conjunto de gestualidades y aplicaciones culturales no perceptibles a primera vista, pero que forman parte de sí mismo; esa tradición contenida en el conjunto de actitudes y alimentos son operaciones máximas de creaciones y recreaciones de un bagaje material y cultural

general y específico. Los contenidos no están aislados de la forma y, en ese sentido, la sustitución de ciertos elementos, constituyentes del sistema, modifica no solo lo estrictamente superficial o formal, sino también los contenidos generales del sistema y el proceso, configurando así una novedad de contenido.

De ahí que la conciencia clara por parte del sujeto social e individual, la posibilidad de gestionar y autogestionar sus hábitos de alimentación, se presenta como una condición de posibilidad para trascender el estado de consumo pasivo al que ya nos hemos referido. Las tradiciones alimentarias más ancestrales rescatan en general esta perspectiva, basada en la autosubsistencia y la autogestión de los recursos de la alimentación, así como de las etapas generales del proceso mismo.

Desde la antropología, se propone entonces una mirada que reivindique esos aportes trascendentales de las diferentes culturas, tecnologías y técnicas de alimentación tradicional, de modo que, comparativamente con la dinámica de lo que se conoce como modernidad, se han fundamentado las condiciones histórico-culturales para que los sujetos gestionen para sí el legado social de su existencia.

4.3. Existencia, salud y culto al cuerpo

El principal propósito en la vida de los sujetos es alcanzar la felicidad. Los objetivos y metas planteados en las diferentes etapas dan cuenta de esto. En los últimos tiempos se ha instalado la creencia de que una vida plena es aquella orientada al tener, al cúmulo de cosas materiales. “El ser humano busca tener y relaciona la felicidad con posesión, la verdadera felicidad no está en el tener sino en el ser” (Rojas-Estapé, 2018, p. 21).

El cuerpo como portador del ser se ha constituido en una fuente de preocupación, pues los sujetos se preocupan cada vez más por el alcance de una imagen favorecida socialmente. En esta serie de acciones que se viven durante el cuidado excesivo del cuerpo, se encuentran las modificaciones del consumo de alimentos, caracterizadas en algunas ocasiones por periodos de inanición para lograr la pérdida de peso deseada. Esto permite el seguimiento de dietas restrictivas que incorporan periodos marcados por la experimentación de hambre y posterior sensación de malestar general causado por el aporte energético requerido.

La sensación de hambre corresponde a un mecanismo de alerta del organismo ante las demandas de ingesta de materiales nutritivos para la obtención de energía, siendo el propósito final de este conjunto de procesos bioquímicos desencadenados dentro del organismo, la manutención de la vida. La dualidad entre el hambre y los alimentos actúa como mecanismo asociado a tales demandas. Cuando se produce una ruptura en esta dinámica, pueden aparecer disfunciones en la conducta alimentaria, como la ingesta de comida sin tener hambre, lo cual favorece la ganancia de peso y la posterior aparición de la obesidad.

Esto se hace en sí mismo desde la inconsciencia, que puede obedecer, dentro de otras cosas, a la autocompensación y a la entrega a la compulsividad que, muchas veces, caracteriza al hombre. En ese sentido, Guíñez (2014, p. 296) nos dice:

Entonces debe existir imperativamente un campo independiente para la fenomenología que consista en el análisis del darse de la comida a la conciencia. Ha quedado establecido que cualquier análisis de la comida en sí misma, sin considerar sus implicancias estéticas y sociológicas como hoy se lleva a cabo, en ningún momento nos fuerza a analizar

problemas referentes a la vida o el hambre, todo ello es producto de desconocer la naturaleza del hambre o de la comida misma.

Estas palabras permiten entender que los alimentos han sido objeto de una tímida apreciación fenomenológica, que los alimentos como protagonistas presentan una débil aproximación subjetivante. De modo que puede estar llegando el momento de que la filosofía de los alimentos concluya con las temerosas observaciones de filosofía práctica en torno a la comida e inicie un camino por el ser de la comida en sí, su esencia, su identidad... labor que solo una fenomenología de la comida podría hacer posible.

Lo establecido de forma clara para la comida, revelado a partir de la investigación fenomenológica, es que esta, valga la redundancia, es objeto del acto de comer. Sin embargo, esto involucra diversas aristas, las cuales serán abordadas de forma casi obligatoria por la fenomenología de los alimentos. En efecto, el acto de comer involucra diversas dinámicas sociales, con una representación simbólica en sí mismo; por ejemplo, si estamos celebrando, comemos, y si estamos en un velatorio, se hace norma también que los dolientes brinden algún tipo de alimento.

En este sentido, podemos indicar que la fenomenología de los alimentos ha sometido la comida al hambre pese a que ellas están unidas, mostramos esto solo contingentemente. Pero eso también ocurre en los planteamientos actuales en filosofía de los alimentos cuando se vincula la comida con el placer o gusto.

En el acto de la alimentación, la ingesta no implica ni gusto ni placer, solo la satisfacción de cubrir un requerimiento fisiológico; en tanto que esta puede ser un festín delicioso o un festín cubierto de cenizas. Se desvirtúa esto cuando el consumo de alimentos representa excesos, gula, acunando conductas no saludables.

En el estilo de vida del culto al cuerpo es evidente la búsqueda de la juventud a precios muy altos, y el dolor físico es parte del ritual. Representa un ideal que no solamente es necesario alcanzar, sino mantener, en lo posible, eternamente, de ahí se pasa a entender a la juventud como un estado y no como una etapa de la vida del individuo. En este sentido, Díaz (2015, p. 3) advierte que:

El caso del dolor físico genera más de un problema a la hora de explicar su naturaleza. Tanto psicólogos como fisiólogos reducen el fenómeno abriendo una brecha entre las explicaciones que lo entienden como un fenómeno psíquico o como un fenómeno físico.

Detrás de esa preocupación por los aspectos estéticos y por la salud, lo que se encuentra es esa utopía que el hombre ha perseguido a lo largo de su historia, que es el de la inmortalidad; ya que lo que se intenta es no envejecer, o parecer que el tiempo transcurre sin dejar signos, aunque el individuo, en su fondo, no haga más que autoengañarse cuando se mira al espejo o consiga que sus conocidos le digan que aparenta una edad menor que la real, lo cual se convierte en un imposible. Al calor de las ideas de Benedetti (2007, p.140) se puede afirmar lo siguiente:

Todos venimos al mundo con la obsesión de un imposible. Y cuando tomamos conciencia de que el imposible es eso: un imposible, ya es tarde para refugiarnos en la sensatez. Todos queremos lo que no se puede, somos fanáticos de lo prohibido. Algunos lo llaman utopía, pero la utopía es más seductora. No tiene puertas cerradas como lo imposible. No nos desprecia como lo prohibido.

La juventud como etapa de vida es una categoría sociocultural que trasciende la edad cronológica de los sujetos. La dualidad compuesta por la juventud y la madurez

es un tema que genera mucha atención en la sociedad actual, pues, a partir de esta categorización, se establecen unos significados sociológicos a unas categorías de orden estrictamente biológico, de acuerdo al contexto cultural de la sociedad en cuestión. “La obsesión por el cuerpo perfecto ha conducido, especialmente a grupos de jóvenes, a una tiranía de la belleza” (Esnaola, 2005, p. 7).

En la actualidad, se observa cómo sujetos de ambos sexos y en diferentes etapas de la vida, mantienen una carrera por exhibir una apariencia menor a la edad cronológica, para lo cual incurren en gastos importantes. En función de ello, es el sujeto que porta el estilo de vida de “culto al cuerpo” quien necesariamente asocia la juventud como estado en sí mismo, con vitalidad y energía, valores claves de esta cultura.

Desde el punto de vista de la filosofía, este hallazgo del cuerpo, como plataforma perceptible y motriz, se afianza en la historia del pensamiento bajo la imagen corporal del giro. Hoy podemos denominar a esas tendencias el “giro corporal”.

En contraste con épocas anteriores, hoy el culto al cuerpo involucra una cultura de consumo, y está fuertemente atravesado por los discursos médicos y estéticos hegemónicos, que despiertan en los sujetos la necesidad de una apariencia joven y delgada, lo que favorece al entendido en bienestar y vigor.

Esta investigación propone una aproximación a los fenómenos emergentes de las dinámicas existentes del cuidado del cuerpo humano como culto o rito, a partir de diversas estrategias de indagación, así como constatar una gama de alternativas inherentes a esta condición multicausal, para entender algunos posicionamientos ligados a dichas prácticas.

“En la actualidad, belleza y delgadez van estrechamente relacionadas, son inseparables; y además, se asocian a éxito, poder, atractivo e incluso inteligencia”

(Behar y Hernández, 2002, p. 1). Además, los seres humanos buscan la apariencia como medio de incrementar la autoestima, siendo la opinión del entorno una prioridad en esta sociedad de consumo. El peso y el volumen corporal son dos medidas de satisfacción o rechazo. Sin embargo, existe un nuevo concepto de salud de gran preocupación. En la concepción del “culto al cuerpo” como un ideal, no solo debe importar la ausencia de enfermedad; la exhibición de cuotas de poder a través de una figura esbelta y definida es, así mismo, algo de gran importancia. La práctica sistematizada de ejercicio, actividades recreativas, sobre todo en la naturaleza, permite beneficios importantes. En contraste con esto, la práctica de una actividad física obsesiva, proporciona efectos contrarios y, por lo tanto, perjudiciales.

La complejidad natural de la que hemos venido hablando nos remite no solo al fenómeno de la alimentación humana en sí; también a la pertinencia de hacer coincidir diversas miradas disciplinarias dadas las naturales y múltiples determinaciones que lo configuran.

Las ciencias de la salud, ese conjunto de disciplinas que son las que históricamente se han acercado al tema de la alimentación como un problema de salud individual o social, han permitido reconocer el impacto de las prácticas de consumo alimentario en el crecimiento, desarrollo y proceso de salud-enfermedad en individuos y colectividades. Paralelamente, han permitido desarrollar el conocimiento sobre los factores endémicos y epidémicos relacionados con la salud y las prácticas en la alimentación; del mismo modo, han posibilitado la identificación de los impactos de las tradiciones, los hábitos y las costumbres en las prácticas de consumo alimentario. Al decir de Puerto y Tejero (2013, p. 64):

Los desórdenes alimentarios relacionados con la nutrición pueden consistir en deficiencias nutricionales, excesos nutricionales o alteraciones metabólicas. Cualquier desequilibrio de la dieta en forma de deficiencia nutricional, deficiencia específica de nutrientes o exceso de componentes tóxicos, pueden perturbar el equilibrio de la piel.

En las últimas décadas existe una tendencia que exhibe un importante e ininterrumpido crecimiento de la industria alimentaria en respuesta a un cambio constante en los requerimientos del consumidor y a la continua urbanización de los habitantes del planeta. Con la presencia de la mujer en el mundo laboral, fuera del hogar, existen ventajas y desventajas en cuanto a delegar ciertas tareas del hogar, sobre todo en cuanto a cuidados de los hijos, lo que ejerce, en algunos casos, un impacto negativo en la configuración de los hábitos alimentarios durante los primeros años de vida de los vástagos. Con respecto a esto, Heynig (2008, p. 11) expresa lo siguiente:

El valor social que se le ha atribuido a la salud, la belleza y la alimentación ha aumentado en forma constante desde la segunda mitad del siglo XX; los científicos destacando, por un lado, la relación entre alimentación y salud, y por otro lado, los medios de comunicación produciendo imágenes de la belleza a que se debe aspirar.

Lo afirmado por este autor indica que la sociedad demanda cada día un mayor consumo de alimentos preparados, en los que una o varias de las etapas de la elaboración se deja en manos del fabricante, con el agravante de que no siempre se ofrece la seguridad del valor nutritivo y, por lo tanto, la seguridad alimentaria como responsabilidad gubernamental.

La cotidianidad favorece la fragmentación del sujeto, siendo el cuerpo un espacio en donde, de forma simultánea, se desarrollan los procesos bio-psico-culturales que abarcan la totalidad del individuo y su discurrir en la vida. De lo que se trata es de pensar en el cuerpo como un todo integrado. “Pensar el cuerpo en clave sociológica, el cuerpo como una entidad que trasciende lo meramente biológico, reclama una perspectiva relacional. Es en este sentido que constituye un desafío importante elaborar una noción “científica” del cuerpo, como categoría sociológica” (Bravin, 2015, p. 29).

Por otro lado, Prudencio (2015, p. 2), acerca del modo de asumir algunas dinámicas, afirman lo siguiente:

El culto al cuerpo en la actualidad se ha convertido en una obsesión para una gran parte de la sociedad, la preocupación por el estado físico e imagen corporal, lleva a los sujetos a realizar hábitos y conductas de riesgo para su propia salud. Todo ello para cumplir un patrón estético impuesto por la propia sociedad, el cual es apoyado y difundido por los distintos medios de comunicación.

Este patrón estético nos permite conocer cómo la sociedad actual ha inclinado su mirada al cuerpo como símbolo estético exclusivo que promueve la esbeltez, vigorosidad y longevidad, a cualquier costo, fenómeno que se hace presente en las diferentes etapas de vida y en ambos sexos.

El deseo desmesurado por alcanzar un ideal de belleza es uno de los aspectos puntuales impuestos por la secularidad emergente de la sociedad actual a partir del ego como experiencia humana. “Tomando mi cuerpo como origen de las coordenadas que delimitan *mi* mundo, puedo decir que la posición de mi cuerpo constituye mi

Aquí, con relación al cual el cuerpo de un semejante se encuentra Allí”, dice Schutz (2003, p. 20). En ese sentido, existe una importante presencia de la idealización de la imagen personal y la presencia que cada uno posee; la cual se ve reflejada en una mayor demanda de diversos tipos de servicios y productos, así como de las prácticas o actividades relacionadas con ello.

Siguiendo esta línea, cada vez se adhieren mayor cantidad de sujetos, de ambos sexos, que ambicionan tener un cuerpo perfecto o de una belleza similar al de algunas figuras famosas. El culto al cuerpo representa una construcción social determinada por el aspecto antropológico y contextual de la población en cuestión. La promoción de un estilo de vida saludable favorece la práctica de diversas dinámicas sociales cuyas finalidades son la longevidad, la esbeltez y la vigorosidad.

En el acto de la alimentación está el hecho de la importancia dada por el pensamiento médico al alimento como recurso terapéutico. Históricamente, tanto el consumo de alimentos como las acciones realizadas en torno a este, como son la higiene y manipulación de los alimentos, han sido componentes fundamentales para la prevención y curación de diversas enfermedades, tanto en la práctica médica tradicional, como en la medicina formal. Así, podemos encontrar en los supermercados una variedad de alimentos que cuentan en su composición con diversas moléculas cuyas propiedades farmacológicas se asocian a la respuesta terapéutica de algunos padecimientos. Sin embargo, es importante aclarar el hecho de que, luego de establecido un diagnóstico médico, las modificaciones alimentarias corresponden a parte de las acciones de apoyo coadyuvante del tratamiento, ya sea farmacológico o quirúrgico.

Este planteamiento permite reflexionar acerca de las acciones atribuidas a ciertos alimentos ante una determinada patología, que generan en el sujeto enfermo una expectativa incierta sobre los resultados a esperar ante el consumo de algún tipo de alimento.

Es importante destacar que el aspecto cultural influye de forma determinante en la apreciación de un alimento concreto y sus posibles propiedades terapéuticas, tales diferencias se pueden observar entre las culturas oriental y occidental, pues las características que se atribuyen a un alimento responde bastante a las creencias sociales, aspecto que se robustece si cuenta con la recomendación del profesional de la salud, conocedor de la composición química y contenido nutricional del alimento.

Desde la antigüedad, con las palabras de Hipócrates, padre de la medicina, las acciones terapéuticas de la alimentación se establecieron como un concepto universal; y, desde entonces, las diferentes sociedades, en mayor o menor medida, han asumido la alimentación como parte de las acciones preventivas y curativas en el cuidado del cuerpo. “Este fenómeno ayudó a los humanistas hispanos a comprender los principios de la terapia indígena que en sí misma era portadora de una gran complejidad” (Coria, 2013, p. 61). Pues, la llegada de los españoles a las Antillas, entre otras cosas, favoreció el intercambio y el fortalecimiento de la variedad gastronómica de los pueblos, y, de acuerdo a las demandas de sus necesidades, como es el caso de los esclavos africanos, incorporaron técnicas culinarias para la conservación y preparación de los alimentos.

4.4. Patologías asociadas al fenómeno del culto al cuerpo

En la adopción de la postura de quien vive el fenómeno del culto al cuerpo se incorporan modificaciones importantes en el menú en cuanto al patrón de consumo de los diferentes grupos de alimentos, la frecuencia y el tamaño de las porciones, así como la sustitución de algunas ingestas por suplementos, tipo batidos, barras proteicas, tabletas y demás. Dichas prácticas –que, en su mayoría, no cuentan con el seguimiento de un profesional médico especialista en alimentación y nutrición–, derivan en los llamados Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), los cuales tienen en común un patrón continuo de ingestas no saludables, debido a que no existe un balance, equilibrio y variedad en la mayoría de las comidas. Esto está asociado, a su vez, a episodios de angustia emocional, física y social.

Los TCA no discriminan género, edad ni raza. Se pueden encontrar en ambos géneros, con predominio en el sexo femenino, en cualquier edad, y pueden ocurrir en cualquier grupo étnico. Siguiendo las palabras de Vargas (2013, p. 476) se advierte lo siguiente:

Los TCA se enmarcan entre aquellos fenómenos sociales y culturales que trascienden más allá del campo médico y científico, a la sociedad. Estos trastornos se ven afectados por el ideal de belleza que propugnan los medios de comunicación de extrema delgadez, una idea de belleza representada por modelos, mujeres y hombres cuyas proporciones, peso y estatura son una auténtica excepción estadística.

Dentro de las patologías nutricionales relacionadas con la imagen corporal se encuentran la desnutrición, tanto por defecto como por exceso, así como los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), los cuales corresponden a condiciones

mórbidas que afectan el desarrollo de la cotidianidad en los aspectos social, afectivo, laboral, intelectual y económico del individuo que las padece. Este conglomerado constituye un grupo de trastornos conductuales caracterizados por una ingesta alimentaria no adecuada dirigida al control del peso y el aumento de masa muscular, lo cual favorece la aparición de algunas disfunciones orgánicas y psicosociales, cuyas característica principal es un comportamiento distorsionado de la alimentación y una extrema preocupación por la autoimagen y el peso corporal.

Por otro lado, los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) –la anorexia, la bulimia y las variantes de ambas– son enfermedades que han marcado la historia del hombre, pero con un notable incremento en la sociedad moderna. Los principales cuadros de este grupo son la Anorexia Nerviosa (AN), la Bulimia Nerviosa (BN) y los TCA no especificados, los cuales se presentan como cuadros con manifestaciones clínicas de AN o BN incompletas. Dentro de este grupo de trastornos se incluyen también las conductas compensatorias inapropiadas, como es el hecho de ingerir pequeñas porciones, masticarlas y expulsarlas, y, por otro lado, los episodios compulsivos y recurrentes de ingesta, pero sin conductas compensatorias.

Los TCA tienen mayor incidencia en aquellos individuos relacionados con el mundo del modelaje y la pasarela; tal es el caso de Francia, donde se produjo una reforma de la ley dirigida a aquellas agencias que contraten a personas con un Índice de Masa Corporal (IMC) bajo, el cual corresponde a quienes padecen desnutrición por defecto. Dichas entidades pueden ser sancionadas con cárcel e importantes sumas de dinero. De acuerdo a Montagut (2014, p. 24):

La anorexia es la obsesión por no engordar y el rechazo contundente a tener un peso por encima del que esa persona considera adecuado. Es un

miedo cervical a ganar peso y a convertirse en obeso, lo que va llevando a una deformación de la percepción del propio cuerpo, que va aterrizando en una obsesión con todas las de la ley.

Este trastorno en el comportamiento alimentario obedece a aquellos estándares marcados por las exigencias de prácticas que requieren un cuerpo delgado, por lo que, en ocasiones, un bajo peso constituye lo ideal. Continuando con el desarrollo de estas ideas de Montagut (2014, p. 24), otro trastorno de la conducta alimentaria es la bulimia:

La bulimia consiste en episodios recurrentes de glotonería, de comer compulsivamente, de ingerir una gran cantidad de comida y en un tiempo muy breve, que se suele acompañar del vómito y, después, de una crisis de llanto. Con mucha frecuencia, esta persona se provoca el vómito, usa laxantes y diuréticos y alterna esto con la práctica de dietas súper estrictas o ayunos o hacer mucho ejercicio para prevenir el engordar.

Ambas patologías coinciden en que involucran una alteración desde el punto de vista psicoafectivo y conductual, pues, vale la pena destacar que, en el consumo de algunos alimentos, la variación en la frecuencia, porción y rechazo manifestados por el sujeto, generalmente se asocian a episodios de vida no resueltos, que se manifiestan a través del comportamiento alimentario y la insatisfacción de la apariencia física.

Estas prácticas alimentarias no adecuadas, propias del fenómeno del culto al cuerpo, tienen una relación con la actual sociedad de consumo, ya que representan una de las mejores ilustraciones sobre la existencia de las confrontaciones entre los distintos intereses sociales: la salud, la belleza y los espacios de poder.

En el sujeto que vive inmerso en el culto al cuerpo existen características puntuales, como la preocupación desmesurada por el peso e imagen corporal, así como una autovaloración determinada por la apariencia física. Y es en el entorno deportivo donde se observa un predominio de aquellas conductas alimentarias frecuentemente asociadas a los TCA, por encima del resto de la población, con predominio en las mujeres.

En efecto, dentro de la población de deportistas, aparece una prevalencia superior en mujeres, sin embargo, hay que destacar un aumento de la presencia de TCA en la población de deportistas varones. También se ha demostrado, según Martínez-Rodríguez (2015, p. 1240), que:

Actividades físicas de larga duración, con predominio aeróbico, requieren una práctica deportiva extensiva y continuada para obtener mejoras en el rendimiento. Mientras que las actividades anaeróbicas, requieren de un volumen de entrenamiento menor, aunque a intensidades más elevadas para alcanzar un buen estado de forma deportiva. La disminución del porcentaje graso dentro de la composición corporal, tanto de deportes aeróbicos como anaeróbicos, es una cuestión presente, sobretodo en estos último tiempos. Conseguir un adecuado estado nutricional, con estrategias inadecuadas, puede originar la aparición de trastornos de la conducta alimentaria.

Además, existe la tendencia a relacionar la delgadez con el éxito en aquellos individuos que realizan alguna práctica deportiva, ya sea a nivel profesional o aficionado, por lo que son comunes algunos seguimientos de dietas no adecuadas que favorecen la instalación de alguno de los TCA, esto es así, a pesar de la no

disponibilidad de la evidencia científica pertinente que establezca una relación entre el bajo peso y el rendimiento deportivo.

En el culto al cuerpo existe una obsesión por alcanzar el peso “ideal”, por lo que autores como Dosil (2004) y Dosil y Díaz (2002), hacen referencia a cuatro grupos de deportes considerados de mayor riesgo:

- 1- Deportes de categorías por peso: son los que el peso condiciona la participación en una categoría o en otra (por ejemplo, boxeo, lucha, halterofilia, *powerlifting*, etc.).
- 2- Deportes de estética: son aquellos deportes en los que un peso bajo resulta beneficioso para el desarrollo de los movimientos y en los que el aspecto físico y la figura de los deportistas son aspectos a tener en cuenta por los jueces (por ejemplo: gimnasia rítmica, natación sincronizada, patinaje artístico, etc.).
- 3- Deportes de resistencia: son aquellos en los que sus participantes se pueden beneficiar de tener un bajo peso para mejorar el rendimiento (por ejemplo: atletas de fondo, semifondo, maratón, natación, etc.).
- 4- Deportes de gimnasio: este tipo de prácticas de gimnasio como el culturismo y el *fitness* suelen tener como características el acompañamiento de entrenador que controla el tipo, la cantidad y el tiempo del ejercicio, y quien, además, realiza las recomendaciones dietéticas.

4.5. Aspectos bioéticos del culto al cuerpo

En la conferencia internacional sobre Atención Primaria en Salud (APS) de Alma-Ata, en 1978, se establecieron los cuidados básicos de la salud como un aspecto fundamental de libre acceso a la población de acuerdo a su contexto. En ese sentido,

se establece la alimentación como pilar fundamental del cuidado de la salud, en conjunto con la realización de una actividad física regular para el incremento del consumo de energía.

En cuanto a las prácticas alimentarias se debe indicar que la inquietud por la adopción de una alimentación saludable ha sido abordada desde diferentes áreas del conocimiento: educativa, social, económica, ecológica, psicológica, biológica, política y de seguridad alimentaria. Es así que desde diferentes posicionamientos teóricos se ha develado la relación entre alimentación, salud, educación, representación social y cultura.

Por otra parte, la aproximación a los aspectos bioéticos del culto al cuerpo impone reflexionar acerca del hecho que “el amor al cuerpo, es el amor a la persona que lo anima, a la inteligencia que lo hace sentir y moverse” (Román, 2008, p. 1). De ahí la importancia de mantener un equilibrio del autocuidado que involucre, además del aspecto físico, el cuidado de todas las dimensiones humanas, de forma integral.

La modernidad se caracterizó por la confianza en el “progreso”, por una búsqueda de un sentimiento global que diera cuenta del momento histórico en el que se encontraba; también se caracterizó por el establecimiento de metas y objetivos, un gran sentido del significado de la vida y de las responsabilidades respecto del mundo, un compromiso con los demás y el imperio de la razón.

La postmodernidad es una época que se ha caracterizado por una carencia de valores morales. Su mayor influjo se plasma en el actual relativismo cultural y en la creencia de que nada es totalmente bueno ni absolutamente malo. Lo cual ha supuesto una nueva forma de interpretar los valores, de apreciar lo estético y las relaciones entre las personas influidas por esos valores postindustriales.

El sistema de creencias en la sociedad del “culto al cuerpo” es entendido como un conjunto de representaciones sociales que los individuos mantienen presentes en sus mentes como guías de acción que ordenan y conducen su comportamiento, dictados por una sociedad de consumo. El cuidado del propio cuerpo y el estar en forma son responsabilidades del sujeto y su estilo de vida de “culto al cuerpo”, que asume elogios o críticas desde el exterior y se hace cargo de su propia apariencia. Su cuerpo refleja el esfuerzo personal y la disciplina, así como la voluntad, que es la clave en la asunción de hábitos buenos y saludables.

El esfuerzo personal aparece como la exaltación de la creencia del destino personal, que transforma al sujeto en exitoso o fracasado. Este éxito o fracaso está determinado por la sensación de bienestar y la imagen que proyecta el mismo cuerpo. Lo que favorece la autopercepción del sujeto y cómo este se inserta en los diferentes espacios, especialmente en el laboral. En tal sentido, en cuanto a la constante lucha del alma, Brando (2011) reseña un poco del pasado y nos habla de la ética a Nicómaco, de Aristóteles, donde se sigue la idea de Platón sobre el alma dividida en una parte racional y otra irracional, al decir: “por naturaleza otro elemento contrario a la razón que combate a la razón y se resiste a ella” (Brando, 2011, p. 43, citando a Aristóteles).

Esto deja entrever que hay una parte irracional que entra en lo corporal, como dimensiones estilizadas, las cuales se relacionan con lo percibido como bello, esto es, la idealización de lo corporal –pasión e instinto–, y la otra parte –esto es, el alma–, que representa lo racional. “El concepto de perfección griega tenía que ver con la identificación de lo bello y lo moralmente bueno” (Arsuaga, 2023. p. 306). Por lo que, quien era poseedor de estas características corporales, era percibido como alguien de buen vivir.

La época actual impone la necesidad de la adquisición de diversos tipos de objetos y servicios que implica una satisfacción cargada de urgencia y a la menor brevedad posible, es la expresión del consumismo como un antivalor social. Al respecto, López (2005, p. 187) plantea que:

El permanente llamamiento al consumo caracteriza, en buena medida, a nuestras sociedades actuales. Esta situación es favorecida por todo un cúmulo de intereses que resulta difícil de vencer, pues apenas existen límites para el consumo y así para casi todo lo demás, frente a la autocomplacencia que nos propone la excesiva publicidad y las multimedias al uso.

Este desenfreno por el consumismo es lo que genera un modo de vida adictivo, como ocurre con las compras compulsivas en plazas comerciales, que ofertan diversos tipos de productos, supuestamente para el cuidado del cuerpo, los cuales también son ofertados en el ciberespacio, donde una parte importante de estos sujetos se convierten en ciberadictos, siendo esta una de las novedades que caracteriza el mundo de hoy.

V. EL CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESIÓN, DISCURSO Y SIGNIFICADO.

“Lo que hace que el poder se sostenga, que sea aceptado, es sencillamente que no pesa solo como potencia que dice no, sino que cala de hecho, produce cosas, induce placer, forma saber, produce discursos; hay que considerarlo como una red productiva que pasa a través de todo el cuerpo social”

Michel Foucault,
Microfísica del poder (1980).

La reflexión acerca de la existencia del ser humano permite la valoración del significado del cuerpo como medio de presencia en el mundo. Pues, como hemos se ha establecido anteriormente, la existencia de este es corporal. Pensar en la presencia del Otro redirecciona o desvía la mirada hacia su cuerpo como medio de ser o estar, y la expresión facial emana un discurso no hablado y cargado de significados. “El Otro se manifiesta en el rostro, perfora, de alguna manera, a su propia esencia plástica, semejante a alguien que abriera la ventana en la que su figura ya se vislumbraba” (Levinas, 1972/1993, p. 59).

El abordar el cuerpo desde la perspectiva de la comunicación permite situar los diferentes modos de expresión, discursos y significados que representan las dinámicas agotadas para alcanzar y mantener una imagen corporal socialmente impuesta. Sobre la relación existente entre el sujeto con su cuerpo-propio, Nasio (2008, p. 75) expresa lo siguiente:

...el cuerpo que nos interesa es nuestro cuerpo vivo, ciertamente, pero tal como lo amamos o lo rechazamos, tal como está inscrito en nuestra historia y tal como está implicado en el intercambio afectivo, sensual e inconsciente con nuestros compañeros privilegiados. Como puede verse, el cuerpo que nos interesa es el cuerpo tal como lo vivimos, tal como lo interpretamos y, para decirlo de una vez, tal como lo fantaseamos.

Estas aseveraciones sobre el cuerpo percibido como espacio de intercambio de subjetividades, e idealizado de forma consciente, conlleva la realización de actividades que se consagran como rituales para el alcance de una imagen corporal propuesta. Foucault (1970/2005, pp. 40-41), acerca de las características del mismo, afirma lo siguiente:

El ritual define la cualificación que deben poseer los individuos que hablan (...); define los gestos, los comportamientos, las circunstancias, y todo el conjunto de signos que deben acompañar al discurso; fija finalmente la eficacia supuesta o impuesta de las palabras, su efecto sobre aquellos a los cuales se dirigen, los límites de su valor coactivo.

De modo que, en el desarrollo del culto al cuerpo, se configuran rituales que demandan ciertas acciones para incorporar el orden del discurso emanado por quienes viven esta dinámica de vida. Así, la utilización de diversos insumos cosméticos, las prácticas de ejercicio de alta frecuencia e intensidad, las técnicas de aplicación de tatuajes, el uso de ropa deportiva como símbolo de vida no sedentaria, las prendas y accesorios de moda que sitúan al sujeto dentro de una capacidad adquisitiva alta, el uso de técnicas de aumento, disminución y colocación de postizos, son algunos de los medios de expresión en el discurso del sujeto en la búsqueda de situarse en el mundo por medio de su cuerpo.

El presente capítulo da cuenta de los diversos modos de utilización del cuerpo como espacio de comunicación entre el sujeto y el mundo. El sometimiento del cuerpo desde el ejercicio del poder como dominante y, a la vez, dominado. Los discursos emanados desde el cuerpo-propio y para el cuerpo-ajeno. La búsqueda del sentido individual de la vida y el significado del cuerpo como instrumento de pertenencia a una colectividad, son algunos de los aspectos objeto de indagación y reflexión en las siguientes páginas.

5.1. El cuerpo sometido: la expresión del poder a través de la imagen corporal

En el desarrollo de la historia de la humanidad, se puede observar que la imagen corporal se ha instalado como un símbolo de autoconocimiento y dominio del cuerpo propio, lo cual cambia de forma permanente, evocando, de acuerdo al contexto y las características del grupo en cuestión, socialmente establecidas, algunas cuotas de poder. En sus planteamientos sobre la evolución del poder en las sociedades, Foucault (1996, pp. 19-20) explica lo siguiente:

La vida se hace a partir del siglo XVIII, objeto de poder, la vida y el cuerpo. Antes existían sujetos, sujetos jurídicos a quienes se les podían retirar los bienes, y la vida además. Ahora existen cuerpos y poblaciones. El poder se hace materialista. Deja de ser esencialmente jurídico. Ahora debe lidiar con esas cosas reales que son el cuerpo, la vida.

La sociedad moderna evidencia una dualidad en cuanto al establecimiento de prioridades del sujeto actual, pues existe una necesidad de ser a partir de la apariencia del cuerpo. Dicha realidad ha permitido el incremento de actividades dirigidas al cuidado del mismo a través de diversos espacios, públicos y privados, como gimnasios, centros de estética, entre otros.

En otro orden, Foucault (1996, p.15) advierte que “el discurso no es simplemente aquello que traduce las luchas o los sistemas de dominación, sino aquello por lo que, y por medio de lo cual se lucha, aquel poder del que quiere uno adueñarse”. Estas relaciones de poder inicialmente corresponden, en el caso de quienes viven el fenómeno del culto al cuerpo, a una especie de admiración por parte de aquellos sujetos que no poseen un cuerpo socialmente impuesto. Dicho de otro modo, el sujeto sometido expresa admiración hacia quienes exhiben una imagen corporal idealizada.

Las dinámicas asumidas como microcuotas de poder se pueden observar en las diferentes etapas de la vida, sobre todo al inicio de la pubertad, cuando suele existir una importante valoración en el sujeto de cómo es percibido por sus pares, así como la llamada “presión de grupo” ejercida por los líderes y parte del colectivo sobre el sujeto que busca ser aceptado en dicho círculo social. “Nadie puede estar aislado de la sociedad en la que vive, de alguna u otra manera está en contacto con el entorno, donde se desarrollan diferentes tipos de socializaciones” (Tejeda, 2017, p. 44).

De igual manera sucede en las etapas involutivas de la tercera edad, cuando existe una disminución de la calidad de vida como consecuencia de la aparición de las llamadas enfermedades crónicas degenerativas, y los cambios en los regímenes alimentarios asumidos en las etapas de vida anteriores ejercen un impacto sobre el estado de salud actual, de modo que el estilo de vida asumido en esta etapa juega un papel importante sobre el comportamiento de estas patologías.

En paralelo a estas características biológicas mencionadas, es en esta etapa de vida cuando ocurre una disminución de la carga ocupacional por concepto de jubilación laboral y, en el caso de algunas mujeres, amas de casa, requieren delegar ciertas funciones del cuidado del hogar, que en algunos casos favorece la aparición de una nostalgia por la obligada migración a esta nueva etapa de vida, lo que puede desencadenar diversos trastornos en el estado de ánimo.

De acuerdo a Foucault (1970/2005, p. 24), se impone la necesidad de adoptar un discurso dirigido a responder a las mencionadas cuestiones, por lo que plantea, sobre el deseo y el poder, lo siguiente:

El discurso verdadero, al que la necesidad de su forma exime del deseo y libera del poder, no puede reconocer la voluntad de verdad que lo

atraviesa; y la voluntad de verdad que se nos ha impuesto desde hace mucho tiempo es tal que no puede dejar de enmascarar la verdad que quiere.

Es a partir de estos cambios que se puede observar en algunos envejecientes una preocupación por el alcance de una apariencia física que hable de bienestar, dinamismo y jovialidad, lo cual actualmente exhibe una tendencia en aumento en ambos sexos. De modo que, en el abordaje de estos sujetos, se debe tomar en cuenta que, junto con las enfermedades crónicas, en esta etapa se presenta una pérdida de la capacidad funcional de forma gradual, que involucra cambios importantes en el aspecto físico, dentro de los cuales podemos citar la sarcopenia. A decir de Rendón y Osuna (2018, p. 1), esta condición se define de la siguiente manera:

La sarcopenia es un trastorno geriátrico multifactorial que se caracteriza por una reducción de la masa muscular acompañada de una disminución en su funcionalidad, las cuales originan discapacidad, pérdida de la autonomía y mayores tasas de mortalidad en la población geriátrica.

La sarcopenia representa un aspecto importante en la valoración nutricional del sujeto, pues favorece la aparición de tres aspectos asociados a la disminución de la masa muscular –la cantidad, la fuerza y la funcionalidad–, lo que implica modificaciones importantes en la forma y el volumen muscular y, por tanto, en la apariencia corporal, por lo que, si con esto no se establece una conciencia de dichas modificaciones y aceptación de la etapa de vida correspondiente, pueden aparecer alteraciones en el estado de ánimo y la autovaloración corporal.

Es importante indicar que la imagen corporal está condicionada por la autoaceptación física del sujeto, esto es, el esquema corporal constituido por la percepción global y segmentaria del cuerpo. Cuando hablamos de la percepción

global, nos referimos al cuerpo en su totalidad, mientras que la segmentaria corresponde a partes del cuerpo, como son la flacidez de los brazos o el incremento del perímetro abdominal. Dicho de otro modo, la relación entre la estructura ósea y los grados de tensión muscular del organismo, que permiten la construcción de una concepción subjetiva del cuerpo-propio, va a la par con la concepción objetiva que los demás individuos tienen sobre nuestra apariencia corporal.

Es en esta dirección que podemos entender cómo nuestra corporalidad está condicionada por las miradas y consideraciones de los demás sujetos, expuesta a las normas sociales. Sobre el concepto de corporalidad, Saüch y Castañer (2013, p. 113) indican cómo se clasifican sus diferentes dimensiones:

Existen tres tipos de corporalidad que construimos debido a una serie de factores espaciales y temporales: en primer lugar, la dimensión introyectiva, que generamos a partir del autoconocimiento y de la autovaloración, permite ir construyendo un cuerpo identificado. En segundo lugar, la dimensión extensiva, que implica la consecución de un cuerpo ubicado en cada entorno que nos rodea: Y en tercer lugar, la dimensión proyectiva, que genera un cuerpo adjetivado que permite expresar símbolos con respecto al propio cuerpo así como expresar nuestras emociones.

Los aportes de Saüch y Castañer expresan entre otras cosas, cómo los factores espaciales y temporales permiten la construcción en la conciencia del sujeto de un cuerpo identificado a partir del autoconocimiento y de la autovaloración, lo cual está condicionado por los aportes recibidos en la crianza, que a su vez permiten la aceptación y gratificación con nuestra imagen ante el mundo.

Por otro lado, encontramos el cuerpo ubicado en el contexto que habitamos, lo que corresponde a la dimensión extensiva, y que permite el establecimiento de las interacciones sociales a partir de la percepción de los demás hacia nuestra imagen. “Todo estímulo producirá un efecto o respuesta sobre el cual se va conformando la conducta del individuo, esta dinámica de interacción es necesaria para sobrevivir” (Tejeda, 2017, p. 44). Visto de este modo, los seres humanos requerimos ser parte de un colectivo. En tal sentido, la manera en que somos aceptados por nuestro entorno y las conductas de los demás hacia nuestra persona se determina sustancialmente en función de esa aceptación social percibida. En sentido general, existe un mayor margen de agrado hacia quienes son considerados poseedores de una imagen corporal socialmente impuesta.

Pensar en el ejercicio del poder sobre el cuerpo nos lleva a la reflexión del sometimiento de este al consumo de los productos del mercado contemporáneo, un poder delimitado por algunas prácticas excesivas en cuanto a la alimentación y el ejercicio físico. Dichas acciones apuntan al alcance de un cuerpo ideal, que indica, a su vez, la expresión del poder a través de la imagen corporal socialmente impuesta. El ejercicio del poder sobre el cuerpo se lleva a cabo desde diferentes ámbitos, siendo uno de ellos el poder ejercido desde el ámbito de la salud a través de las modificaciones en el consumo de los alimentos. “En este sentido, la privación alimenticia de la dieta moderna de adelgazamiento, ofrece una imagen paradigmática del autocontrol médicamente institucionalizado” (Vicente, 1997, p. 13).

Cabe señalar, que desde los inicios de la historia de la medicina, Hipócrates estableció la importancia de la alimentación en el cuidado de la salud. En tal sentido, las recomendaciones realizadas por los médicos para la prevención y curación de diversas patologías, se revisten de cierta autoridad ante la mirada del paciente. Tales

prescripciones forman parte de un conjunto de prácticas asociadas para el alcance de un contorno corporal pensado desde las formas de representación y actuación corporal características de una sociedad que se ha vuelto medicalizada. Tomando en consideración el pensamiento de Foucault, en donde el cuerpo se establece como un contenedor de un sujeto privilegiado de las nuevas configuraciones del poder, sobre el biopoder ejercido desde el ámbito médico, Martínez (2018, p. 32) refiere lo siguiente:

Foucault se interroga sobre estos excesos de la medicina politizada que la llevan a ejercer un papel de control social y de normalización de las poblaciones, no es menos cierto que se muestra preocupado por encontrar el modo de transferir los indiscutibles adelantos preventivo-terapéuticos de la medicina contemporánea a las regiones sub-medicalizadas del mundo.

De lo que se trata es de comprender cómo, en algunos casos, el accionar médico se ha apropiado del control de los sujetos a través de un discurso en nombre de la educación en salud y, a partir de ahí, establecer los beneficios que fomentan las recomendaciones dietéticas y las prácticas de ejercicio que convergen con el imaginario de un estilo de vida saludable de acuerdo al orden social y moral hegemónico que impone la sociedad actual. “Todo sistema de educación es una forma política de mantener o de modificar la adecuación de los discursos, con los saberes y los poderes que implican” (Foucault, 1970/2005, p. 45).

Otro modo en que se establece el ejercicio del poder sobre el cuerpo, es el percibido por aquellos sujetos que buscan la modificación corporal a través de las acciones ejecutadas en el culto al cuerpo. Pues, quienes exhiben un cuerpo socialmente impuesto son vistos como modelos y referentes idealizados, permitiendo esto el establecimiento de una relación de poder.

Foucault nos habla sobre la transferencia de saberes dentro de un colectivo y las distintas relaciones existentes de poder, las cuales permiten el establecimiento de un discurso en las diversas rutinas, todo un complejo sistema de enseñanza-aprendizaje, y se plantea el siguiente interrogante (Foucault, 1970/2005, pp. 45-46):

¿Qué es, después de todo, un sistema de enseñanza, sino una ritualización del habla; sino una cualificación y una fijación de las funciones para los sujetos que hablan; sino la construcción de un grupo doctrinal cuando menos difuso; sino una distribución y adecuación del discurso con sus poderes y saberes?

Este cuestionamiento permite la reflexión acerca de la cuota de poder ejercida por el sujeto que somete bajo su discurso sobre el cuerpo a quienes buscan mayores resultados en su imagen corporal, o sea, al sujeto sometido.

Por otro lado, está claro que, en el desarrollo del culto al cuerpo, se involucran diversos aspectos dimensionados por la cultura. Duch y Mèlich (2000, p.133) señalan que “los significados que se le atribuyen dependen de los escenarios sociales y políticos, sin olvidar los tiempos religiosos, sexuales y económicos que les son propios, con los que viven, mueren y se representan los hombres y mujeres concretos”.

En relación con lo anterior, podemos traer a colación que, a través de los tiempos, ha migrado la idea de la búsqueda de un “cuerpo bello” a “un cuerpo sano”; esta nueva idealización del cuerpo no deja de lado el concepto de belleza, sino que equipara ambos conceptos, de modo que es la imagen de aparente salud y bienestar una nueva forma de manifestación de la belleza, por la que se asigna a ciertos sujetos un dominio y sometimiento de su propio cuerpo y, a la vez, el ser admirados por quienes viven en la búsqueda de lo que ellos exhiben.

5.2. El discurso del cuerpo en la sociedad contemporánea: cuerpo y alteridad (cuerpo propio y ajeno)

La valoración que el sujeto tiene de su cuerpo-propio está determinada por las dimensiones culturales, sociales y antropológicas del contexto al que pertenece, así como por las experiencias de vida que marcan su singularidad. Históricamente, las sociedades tradicionales vinculaban –desde una mirada holística e integradora– el cuerpo o la carne con los diferentes elementos de la naturaleza (aire, fuego, agua, tierra), asumiendo así una dimensión cósmica. Sobre esta concepción, Carrasco (2008, p. 4) afirma lo siguiente:

En la sabiduría popular, el cuerpo no está separado del sujeto y no encuentra los límites en la piel, en el concepto del cuerpo se integra todo lo relacionado con la identidad social del mismo, como su familia, sus bienes, prácticas que mantienen el vínculo sujeto-medio.

En la actualidad, existe una mayor preocupación sobre la aceptación de la imagen corporal dentro del espacio social y sobre el significado de este como portador del ser que favorece una influencia importante en la construcción del status social. Como parte de nuestra naturaleza humana, existe una búsqueda permanente por ser aceptados dentro del colectivo al cual pertenecemos, por lo que se realizan prácticas sobre el cuerpo que forman parte de la identidad cultural; esto así porque, de acuerdo al contexto, las etnias y líneas antropológicas, de alguna manera, las sociedades imponen modificaciones culturales en el cuerpo de los sujetos que la conforman.

Dichas modificaciones pueden ser muy diversas, como las decoraciones corporales a partir de la colocación de objetos metálicos llamados *piercing* en diversas partes del cuerpo: en el tabique nasal, los lóbulos auriculares, las mamas, los genitales, entre otros. También son utilizados objetos de otro material, como madera, hueso, barro o

arcilla. De igual modo, podemos mencionar la coloración del pelo, el uso de vestimentas, la preferencia por determinados grupos de alimentos y tipos de cocción, los rituales de iniciación y estacionales, entre otros.

Por otro lado, Merleau-Ponty se ha referido en sus escritos sobre el cuerpo, al hecho de que “el lenguaje es el mecanismo a través del cual los seres humanos se vuelven conscientes de sus pensamientos; por otro lado, indica nuestro autor, que “lenguaje y pensamiento son dos caras de la misma moneda” (citado por Ferrada-Sullivan, 2019, p. 162).

Al cuerpo se le atribuye también el denominado lenguaje no verbal, que implica diversos movimientos: “una seña, un signo, un gesto: el sentido del cuerpo en su gesto se funde con la estructura del mundo que el propio gesto construye y bosqueja” (Ferrada-Sullivan, 2019, p. 162). Dichos mecanismos de expresión requieren ser interpretados como formas de comunicación, esto es, como un texto corpóreo.

En cuanto a las marcas o tintados de la piel, denominados tatuajes, son una forma de discurso corporal, pues el cuerpo es un constructo que permite que nos mostremos para que los demás observen e interpreten nuestro sentir de acuerdo a lo percibido por ellos, y la piel se constituye en el lienzo para tales fines. “La huella cutánea se convierte en un signo de identidad, más aún cuando nace por elección, como ocurre con el tatuaje” (Le Breton, 2013, p. 8). La piel resume toda la evidencia de la historia de vida del sujeto: cicatrices, quemaduras, fracturas y demás; en el caso del tatuaje, agrupa o distingue a un sujeto dentro de un grupo o colectivo de una manera especial.

La piel es como una frontera simbólica, el inicio y cierre de nuestro “yo” ante el mundo; y, desde el punto de vista médico-orgánico, constituye la primera línea de defensa, pues protege nuestro medio interno de las agresiones del entorno, pero

además sirve de espacio de observación de manifestaciones alérgicas o reacciones anafilácticas. De modo que es un escenario donde se expresa la identidad que nos hace exclusivos.

Contrario a lo que otros piensen, “tallar la carne es tallar una imagen deseable del yo, que echa sus raíces en la piel, en cuanto lugar inmediato del contacto con los otros y con el mundo” (Le Breton, 2013, p. 9).

Al pensar en los inicios u orígenes de las modificaciones corporales, podemos comprender que ha sido una práctica que ha acompañado a los sujetos desde siempre, pues es algo inherente a la condición humana. Las sociedades han demarcado históricamente los cuerpos de sus habitantes, convirtiéndolos en espacios o medios de expresión sociocultural, impregnados de significados y subjetividades, donde se refleja la voz propia y la otredad, esto es, la voz del otro. “Las marcas del cuerpo, cuando son duraderas o definitivas, no solo reflejan una separación frente a la naturaleza, sino que sellan un reconocimiento mutuo: a través de la piel señalan una afiliación” (Le Breton, 2013, p. 12). Dicha vinculación evoca un sentido de pertenencia que puede representar un ritual de iniciación, un paso de una etapa a otra, una posición jerárquica; pero, a nivel de experiencia de vida propia, representan la evidencia de la memoria por medio de la piel: tipo de oficio, profesión, afición, creencia religiosa, filosofía de vida, entre otros.

En la reflexión sobre qué motiva a los sujetos a marcar su cuerpo, se puede entender que, siendo el tatuaje una forma de expresar la libertad sobre su cuerpo y vida, es la búsqueda de lo socialmente aceptado o establecido como bello en un colectivo lo que constituye la principal motivación en el desarrollo de esta práctica ancestral. De acuerdo a lo planteado por Le Breton (2013, p. 15):

La búsqueda de la belleza es uno de los primeros motivos de adorno en el cuerpo. Toda sociedad humana, siguiendo sus propias definiciones de la belleza, moldea las formas del cuerpo para hacerlo más atractivo. Los tatuajes erotizan el cuerpo, simbolizan valía personal.

Por otra parte, cuando el tatuaje, como marca corporal, se establece de forma temporal, se utiliza para realzar aspectos de la vida cotidiana, que puede ser una acción de carácter transitorio, como es la aprobación de un grado y la participación de una ceremonia colectiva. Otro de los motivos por los que algunos sujetos hacen uso del tatuaje es el aspecto mágico-religioso: manifestar la devoción y sacralidad por medio de lo corporal. Aun cuando en las normativas del cristianismo impera el hecho de que el cuerpo ha sido creado a imagen y semejanza de Dios, por lo que se considera “templo del Espíritu Santo” y como tal debe ser cuidado, “el respeto a la integridad del cuerpo es un elemento esencial de la lealtad debida a una Creación a la que nada hay que quitar o añadir” (Le Breton, 2013, p. 21).

De modo que, sobre el ornato corporal, el cristianismo no aceptaba como práctica adecuada el marcar o adornar los cuerpos, pues se entiende que estos deben mantenerse tal como Dios los creó: A pesar de esto, siempre ha sido muy frecuente en muchos cristianos el uso de imágenes en forma de Cristo, la Virgen, la Cruz, así como el nombre de Dios, para manifestar su fe y afianzar su creencia ante los demás. Por otra parte, en las culturas islámicas, a pesar de que en el Corán se indica que corresponde a un pecado mayor el modificar la obra de Dios, no se hace referencia puntual al tema de las modificaciones corporales, pero este aspecto queda implícito debido a que la integridad del cuerpo tiene una connotación de carácter sagrado. Sin embargo, antes de la llegada del Islam, el tatuaje era una práctica muy extendida, utilizada para realzar la belleza, indicar el estatus civil y social, entre otros aspectos.

Continuando con el recorrido histórico del uso del tatuaje como marca corporal, este también era utilizado en las sociedades europeas para manifestar la disidencia en cuanto a posturas sociales. Se estableció como una forma de excentricidad, lo cual era visto como algo negativo y luego fue prohibido por cuestiones de salud e higiene, pero era valorado como un símbolo de hombría, virilidad y autoafirmación en los grupos marginales de la sociedad, dentro de los cuales se destacaban los obreros, marineros, soldados y delincuentes. De igual modo, era visto como una expresión de rebeldía, pues manifestaba una postura de oposición a las normas sociales.

En cuanto al sentido de pertenencia que representaba la utilización de un tatuaje dentro de un colectivo determinado, es hasta el siglo XX que este se estableció como una marca de afiliación en el hombre: “el tatuaje venía a confirmar su hombría y su anhelada pertinencia al grupo” (Le Breton, 2013, p. 30), de modo que, por mucho tiempo se entendió el uso del tatuaje como un símbolo de masculinidad, virilidad, fuerza y enfrentamiento ante el poder de la burguesía.

En la actualidad, la acción de dibujar una imagen en el cuerpo trae consigo una serie de significados, como es el hecho de la soberanía o manifestación de control sobre el propio cuerpo. Desde el momento en que nacemos, somos dependientes del cuidado de los padres, especialmente de la madre, hasta llegada la adolescencia, cuando el sujeto experimenta una necesidad existencial de independencia y desafío a la autoridad de los adultos de su entorno, por lo que es frecuente entonces el uso del tatuaje como una manera de manifestar esa toma de autonomía y desvinculación de la tutoría de los padres y maestros.

De modo que todas las acciones que permitan la toma de decisiones sobre el cuerpo-propio, representan un desafío al poder y son objeto de desaprobación. En tal

sentido, para algunos sujetos, el tatuaje se convierte en una práctica que va en desacuerdo con lo considerado como “natural” y “normal”, lo cual es establecido a partir de una serie de lineamientos sobre el cuidado y respeto al cuerpo. Sobre esta concepción, Soto *et al.* (2009, p. 377) expresan de manera bastante gráfica lo siguiente:

Es desde visiones lineales y limitantes sobre el cuerpo que surge el estigma relacionado a la modificación corporal mediante el tatuaje. Al marcarse con este último, el cuerpo deja, parcialmente, de ser controlable para las estructuras de poder; ya que a través de esta “marca” se delimita el cuerpo como un espacio personal y diferente.

Los cuerpos tatuados representan en el sujeto esa capacidad de auto-transformación, de atreverse, reafirmación de la identidad y auto-confianza. Los mismos representan construcciones idealizadas sobre lo que se aparenta, pues el acto de tatuarse implica padecer dolor en el proceso que permite un relato de sí mismo en la piel. Es entonces, a partir de esta capacidad de voz propia, que surge la diversidad de discursos existentes con relación al cuerpo-propio y, por lo tanto, emergen los distintos significados que se atribuyen a los tatuajes y lo expresado por el sujeto que lo exhibe ante la mirada del otro. En palabras de Le Breton (2013, p. 43):

La búsqueda simbólica del Otro sirve ante todo para la auto-transfiguración personal del tatuado. Los signos, pasando de un mundo a otro, se transforman y su filiación pasa a pertenecer al imaginario del tatuado. Sólo eso importa. La persona tatuada inventa un mito personal alrededor de su tatuaje.

La importancia asignada al cuerpo dentro de la sociedad contemporánea es de gran trascendencia. Constituye una dualidad con el sujeto y su establecimiento en el entorno social, lo que permite una valoración de diversas categorías. Y también permite comprender que, además de las distintas concepciones sobre el cuerpo que han sido construidas, confieren formas distintas de concebir el cuerpo, referirse a él y expresarse a través de él.

En efecto, una de estas formas que favorecen el establecimiento de un significado a través del cuerpo como instrumento de reconocimiento social es el tatuarse: “el tatuaje o el *piercing* llaman necesariamente la atención del otro; resulta ingenuo pensar o decir que están hechos solo para uno mismo” (Le Breton, 2002, p. 38). Desde esta visión, la importancia del cuerpo como medio de existencia en el mundo, ofrece la oportunidad de expresión que permite captar la mirada del otro, ya sea por admiración o rechazo. La modificación del cuerpo refleja una narrativa, la cual indica que es el propio sujeto quien decide el sentido de su existencia en el mundo.

En una sociedad que vive en la era de la imagen, del espectáculo y de las apariencias, los cuerpos son percibidos como lienzos que muestran la esencia del sujeto a los demás. En la sociedad contemporánea, el reconocimiento del sujeto ante el otro a través de la modificación corporal mediante el uso de los tatuajes se destaca como una de las prácticas asumidas en el fenómeno del culto al cuerpo, utilizado como medio de expresión social, que permite la lectura de significaciones propias del sujeto y su experiencia, esto es, la transmisión de mensajes, de historias de vida y la preservación de recuerdos significativos.

Las modificaciones del cuerpo por medio de los tatuajes confieren al individuo una singularidad que atrae las miradas del entorno. El dibujo seleccionado expresa lo que

el sujeto pretende ser, permite la lectura de un auto-discurso, que habla también de filiación, que es observado por los demás. En tal sentido, en los sujetos adolescentes y adultos jóvenes, el tatuaje constituye una marca de autonomía ante los padres; permite el anuncio de que separan su cuerpo y, por ende, sus decisiones de la opinión de sus padres para hacer frente a su propia vida. Dicho ejercicio establece la búsqueda de aceptación de sus pares.

En la actualidad, el tatuaje es una tendencia global, es utilizado en el mundo del deporte por atletas en los *spots* publicitarios y en los medios artísticos por los famosos, como pauta a ser objeto de seguimiento por sus admiradores, delimitando así las conductas a seguir, pues basta con que una de estas figuras se tatúe para que esto genere réplicas en sus seguidores.

Esta variante de modificación corporal se establece como un hecho cultural, que permite la expresión de lo asumido por el sujeto tatuado, al tiempo que la construcción de un discurso que delimita las fronteras entre el cuerpo-propio y el cuerpo-ajeno, como parte del entorno, y permite así una forma de control sobre quienes le observan. Plantea Foucault (1970/2005, p. 64) que “la formación regular del discurso puede integrar, en ciertas condiciones y hasta cierto punto, los procedimientos de control (...); e inversamente, las figuras de control pueden tomar cuerpo en el interior de una formación discursiva”. El ejercicio de dicho control o poder es parte del hecho de la cultura de admiración y seguimiento de las masas hacia sus figuras idealizadas, pues es a través de la simbología dibujada en la piel como evidencia su existencia en el mundo, que, por elección, se establece como un discurso entre el cuerpo-propio y el cuerpo-ajeno.

5.3. La búsqueda de significado a través del cuerpo como instrumento de reconocimiento social

Los seres humanos, como parte de una colectividad, experimentan necesidades e inquietudes que intentan responder a partir del entorno en que viven; esta búsqueda existencial se acentúa con mayor firmeza en algunas etapas de la vida cuando la pertenencia a grupos representa un aspecto de gran importancia en los sujetos. “Quien hable de la autoproducción del hombre sin mencionar su configuración en la vida que se ejercita ha errado el tema desde el principio”, advierte Vásquez (2013, p. 13).

Es en ese sentido que la búsqueda del reconocimiento y la aceptación del colectivo se establecen como parte importante del desarrollo de las interacciones sociales, y el cuerpo corresponde al medio de ser y hacer presencia en el mundo. Su anatomía favorece la construcción de un discurso que permite la comunicación del sujeto con su entorno, para lo cual se ejecutan diversas acciones a fin de tener una imagen que atrape la mirada y aceptación del otro.

Dentro de tales aseveraciones, vale la pena mencionar la importancia del reconocimiento social por medio del cuerpo. En referencia al papel de este como medio de presencia en el mundo, Moratalla (2010, p. 229) expone lo siguiente:

El cuerpo es en última instancia el que interviene en la mutualidad, en el entrecruzamiento de reconocimientos; es el cuerpo que se vive con otros, en relación a otros, y diferente de otros, siendo nosotros mismos junto a otros sin perdernos en los otros; es el cuerpo festivo que se da en el amor, en la amistad, en el erotismo, en la fraternidad, es el cuerpo expresión, cuerpo-gesto.

A la luz de lo aportado por Moratalla, si bien es cierto que el cuerpo es una reafirmación de la individualidad dentro de la colectividad, y se constituye en

vehículo de subjetividades y significaciones en la relación con el otro, también se establece como una fuente de sufrimiento cuando el cuerpo-propio no se ajusta a lo que se quiere expresar a través de él. Así, si el cuerpo es la forma en que nos presentamos al otro, mediante él intentamos posicionarnos y obtener el reconocimiento del otro.

El modo de vida asumido por el sujeto contemporáneo contempla el aspecto de la apariencia del cuerpo como un elemento trascendental para el alcance de experiencias gratificantes que involucran la satisfacción corporal. En primera instancia, sobre el cuerpo recae el reconocimiento desde el entorno ante la dedicación realizada por el sujeto en el cuidado del mismo. El cuerpo es visto como un segmento de material biológico que expresa lo que pretende ser o alcanzar a partir de las construcciones sociales en cuestión, las cuales establecen aquellos modelos y estandarizaciones a seguir.

En ocasiones, la valoración del sujeto hacia su apariencia corporal se encuentra alejada de los parámetros socialmente impuestos, lo cual puede no ser del todo cierto, lo que favorece la legitimación del uso y las prácticas de diversos accesorios, técnicas y procedimientos, como tintados y cortes de pelo, tatuajes, colocación de *piercings*, ropas de marcas y modas específicas, formas de maquillaje, rostros y cuerpos esculpidos de diversas maneras, inclusive con procedimientos de cirugía mayor: la lipoescultura y la abdominoplastía, asociadas a complicaciones como la anemia severa, los procesos infecciosos y la embolia grasa, que consiste en la migración de un trombo de grasa hacia el aparato circulatorio y posteriormente al pulmón, cuyo desenlace puede ser en la mayoría de los casos, la muerte.

Lo planteado acerca de la valoración del sujeto hacia su apariencia corporal en la actualidad se enmarca dentro de las acciones propias de aquellos sujetos que viven sumergidos en el fenómeno del culto al cuerpo. Dentro del contexto occidental existen parámetros de belleza basados en la delgadez como modelo de salud y bienestar, por lo que, si el sujeto entiende que su cuerpo no se corresponde con el determinado socialmente, se manifiesta en él la insatisfacción corporal.

Tal sentimiento favorece en el sujeto la autodescalificación, que da lugar, en la mayoría de las ocasiones, a la motivación principal para las diferentes modificaciones conductuales en cuanto a la ingesta de diversos alimentos y la realización de ejercicio físico, así como al establecimiento de una serie de valores propios de esta forma de vida. Delgado (2001, p. 46) se refiere a ello de la siguiente manera:

La vivencia del momento presente, las actitudes eclécticas, la ruptura con los viejos mitos, la aparición de una nueva estética que combina lo tradicional con lo nuevo, la incertidumbre en los modos de vida, la coexistencia de lo local y lo global, la emergencia de valores femeninos, la importancia de la información mediática, la hiperindividualización y el rechazo a las instituciones, el escepticismo, el consumismo matizado por la aparición de una nueva conciencia ecológica, la moda *new age* y los productos *light*, la democratización del hedonismo, del esteticismo, del narcisismo, el culto al cuerpo.

Lo anterior plantea aspectos puntuales presentes en nuestros días, que nos permiten entender la presión ejercida por la sociedad sobre el cuerpo. Los medios de comunicación representan una de las principales herramientas de difusión, en el contexto de la llamada sociedad del espectáculo y el capitalismo como sistema

económico de producción que promueve estilos de vida basados en el consumo de productos dirigidos al cuidado del cuerpo: “el espectáculo es la afirmación de la apariencia y la afirmación de toda vida humana, y por tanto social, como simple apariencia”, nos dice Debord (1967/1998, p. 4).

En este mismo orden de ideas, Debord da cuenta de que “el espectáculo somete a los hombres vivos en la medida que la economía les ha sometido totalmente” (p. 5), pues, como parte de la manifestación del sujeto ante el mundo, se impone en un primer momento, el sujeto dominante y a la vez dominado en el aspecto económico, o sea, la valoración del individuo como poseedor de cosas, lo cual implica la degradación del ser ante el tener o poseer.

Si bien es cierto que el espectáculo es el resultado de un conjunto de afirmaciones sobre un constructo social determinado –que se identifica y transforma en imagen, de acuerdo a los cambios percibidos en la sociedad en cuestión–, es el cuerpo el llamado a mediar entre el sujeto que porta y el mundo donde vive bajo las formas delimitadas por la sociedad del espectáculo. Y es en el marco de esta sociedad donde surge un movimiento de banalización del físico que, bajo las diversiones cambiantes, responde a lo socialmente impuesto, a fin de resituarse dentro la sociedad moderna, que impone el consumo de mercancías en forma de productos y servicios requeridos para el cuidado del cuerpo.

Al observar detenidamente la multidimensionalidad del cuerpo y su resignificación en la sociedad contemporánea, podemos comprender que su presencia se sitúa como un icono cultural en las diferentes sociedades, ya que se establece como un espacio o territorio de predominio, autonomía y, quizás pudiéramos afirmar, que se corresponde con un escenario socialmente categorizante, pues, como hemos establecido, existe una

relación de poder ejercida por el sujeto sumergido en las exigentes prácticas del culto al cuerpo sobre el sujeto sometido, que es aquel que persigue alcanzar una imagen corporal similar.

Empero, es importante resaltar que este sujeto que ejerce poder sobre el sujeto sometido a través de su cuerpo, como símbolo de bienestar y belleza, de acuerdo a los cánones socialmente impuestos, es también, a la vez, un cuerpo sometido, pues en la búsqueda de someter al otro, se somete a sí mismo. Este cuerpo autosometido agota de forma sistemática un conjunto de prácticas, como la utilización o consumo de productos y servicios, dentro de los cuales podemos mencionar los suplementos nutricionales en sus diferentes presentaciones farmacéuticas, las prendas de vestir de reconocidas marcas deportivas, la contratación de entrenadores personalizados, la suscripción de membresía en clubes deportivos, entre otros.

En el desarrollo de la interacción del sujeto-cuerpo con su entorno social, emergen algunos aspectos que pueden dar paso a acciones de tipo discriminantes. Sobre esto podemos referirnos a cuestiones de tipo formalistas, que no siempre corresponden a un razonamiento lógico o ético, pues, en algunos casos, no se toman en cuenta las características étnicas y culturales del sujeto, de quien se demanda un determinado aspecto establecido como aceptable: una forma de llevar el pelo, el uso de los tatuajes o vestimentas alusivas a la procedencia étnica, que evoca y reafirma su legado ancestral.

En las últimas décadas se ha evidenciado un aumento en el desarrollo de investigaciones sobre el cuerpo y la corporalidad humana, no solo desde la dimensión de las ciencias médicas –las cuales históricamente han llevado la delantera en las investigaciones sobre los aspectos fisiológicos y patológicos del organismo como un

conjunto estructurado de órganos—, sino también en el ámbito de las humanidades y las ciencias sociales, donde se vienen desarrollando importantes publicaciones sobre la noción de cuerpo, que permiten una nueva comprensión del sujeto ante sí mismo y ante la mirada del otro. En sus aportes sobre el cuerpo y su papel dentro de la comunidad en que habita, Ferrada-Sullivan (2019, p. 161) establece lo siguiente:

El cuerpo es tanto cuerpo para su propia individualidad y para exponerse en la comunidad. No es un privilegio del sí mismo, el sentido del sentirse sentir en el mundo, muy por el contrario: el cuerpo es una suerte de espacio expresivo que se entrelaza con los demás cuerpos humanos, con lo viviente y con las otras cosas, lo que en definitiva corresponde al mundo mismo.

La idea anterior permite la reflexión en cuanto a la coexistencia del cuerpo con el espacio habitado, que forma un todo al entrar en contacto con otros, permitiendo al sujeto estar en el mundo. Todo esto nos lleva a pensar en el cuerpo como un medio de apropiarse de la experiencia vivida, a partir de un entramado visto desde la dimensión social y filosófica, que empodera al sujeto del sentido de ser en el mundo, pues el cuerpo transmite subjetividades y significados más allá de sí mismo. Esta dinámica favorece la estructuración de nuevas experiencias que, a su vez, permiten la apropiación y reconocimiento de la individualidad dentro de la colectividad, dando paso al sentido del yo para el alcance de su comprensión en el mundo.

En lo expresado por el cuerpo se declara la vulnerabilidad y la caducidad de este como espacio que va experimentando cambios importantes y evidentes a través del tiempo. Al asumir el estilo de vida centrado en el cuidado del cuerpo se busca alcanzar una apariencia distinta y alejada de la edad que se tiene, y se exhibe una

imagen que evoque un bienestar y una belleza delimitada e impuesta socialmente. Pera (2006, p. 25) lo expresa así: “La búsqueda incesante, a veces compulsiva, de una perfectibilidad ilimitada del cuerpo, ha abierto el camino a los cuerpos modelados muscularmente, a los cuerpos retocados, reformados o restaurados, a veces con patética insistencia”.

Pera alude a un sentimiento de insatisfacción en el conjunto de prácticas agotadas por los sujetos para atraer la mirada del otro, pues en la conversión del cuerpo, como objeto manipulable por los hilos de lo cultural y socialmente establecido, impera la necesidad de ser y sentirse observado. Es importante, al pensar en la conversión del cuerpo, considera que también este es sometido de forma voluntaria y sistemática a diferentes tipos y grados de violencia física, como es el caso de los cuerpos mutilados o aquellos de tipo cadavéricos o esqueletizados, producto del seguimiento a regímenes alimentarios hipocalóricos, que ponen en evidencia manifestaciones clínicas presentes en los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), tales como náuseas, vómitos inducidos, cuadro diarreico agudo, entre otros.

Esta búsqueda de captar la mirada del otro implica que, al conseguir el propósito establecido, el sujeto que vive en el fenómeno del culto al cuerpo fortalece la gratificación y el ego delimitado por sus ideales: “El cuerpo es nuestro medio general de poseer un mundo” y “decir que yo tengo un cuerpo es un modo de decir que puedo ser visto como objeto y que trato de ser visto como un sujeto” (Merleau-Ponty (1945/1994, p. 163; y Merleau-Ponty según aparece en Martínez, 2017, p. 45).

Es así como la individualidad del cuerpo se establece como una experiencia única y se construye una conciencia de una entidad propia, que es aportada al mundo vivido. La admiración obtenida permite intensificar los esfuerzos destinados al cuidado del

cuerpo, y representa el modo de situarse ante el mundo, una imagen cargada de una potencial capacidad de interactuar con otros cuerpos semejantes dentro un espacio físico destinado al desarrollo de tales prácticas, como los gimnasios, clubes deportivos, tiendas de suplementos nutricionales, centros de estética, entre otros.

Por tanto, esta búsqueda de significado a través del cuerpo permite reflexionar sobre cómo la autoestima del cuerpo propio constituye una poderosa herramienta para comprender el mundo que nos rodea y cómo interactuamos con él, pues la manera de autopercebirnos impacta en el cómo nos aprecian los demás. Desde una perspectiva afectiva-cognitivo-conductual, cada vez se establece de forma más clara que el cuerpo es parte integrante de nuestro reconocimiento social, aprendizaje y movimiento. “La autoestima posibilita nuestra manera de actuar, la estima corporal es un constructo que varía durante la vida en función de las experiencias personales e influencias sociales y culturales”, nos dice Rosario (2009, p. 95).

5.3.1. El papel del cuerpo humano en el comportamiento y reconocimiento social: El aprendizaje social o vicario

La complexión o morfología humana, aspecto que hace referencia al conjunto de características o atributos físicos que conforman la estructura corporal, representa un componente clave en el desarrollo de la familiaridad con el entorno y, a menudo, se utiliza como medio para transmitir emociones y mensajes por medio del lenguaje no verbal. De igual modo, las miradas, gestos y ademanes pueden ser utilizados para demostrar roles de autoridad y sumisión en los diferentes ámbitos de interacción, constituyendo así diferentes grados de jerarquías sociales.

En algunas sociedades modernas, el culto al cuerpo representa una forma de control social, y los espacios laborales no son la excepción a esto, pues aquí la imagen corporal representa una fuente de admiración y respeto. Rosario (2009, p. 95)

Apunta al respecto lo siguiente: “En algunos comerciales, programas televisivos y demás medios de comunicación presentan ciertos oficios o profesiones estereotipadas correspondientes a lo que debe ser un ejecutivo de apariencia física atlética o de una secretaria esbelta con atributos de belleza”. Esto es de gran importancia para el desarrollo y reconocimiento social dentro de las organizaciones, ya que poseer un cuerpo socialmente aceptado permite la creación de expectativas de éxito y el alcance de este. Porque el cuerpo es un producto de la construcción social, que refleja las formas en que las personas interactúan entre sí en un espacio determinado.

En lo que respecta a la percepción del cuerpo relacionado con el reconocimiento social, a menudo el físico se considera un indicador de la imagen social que una persona tiene de sí misma y de su sentido del valor. En efecto, Las personas que se sienten seguras en su propia piel pueden ser más propensas a mostrar con orgullo sus rasgos de forma deseable, mientras que las que se sienten incómodas en su apariencia pueden ser más propensas a rehuir o evadir la mirada pública. Este comportamiento ha sido ampliamente estudiado desde el enfoque conductual.

La forma en que se percibe el físico de una persona influye enormemente en la forma en que se le trata en algunos entornos sociales. Los que tienen un tipo de cuerpo que se considera atractivo o deseable tienen más probabilidades de recibir un reconocimiento y una aceptación positiva, y logran, en algunas ocasiones de primera instancia, la empatía de los demás sujetos, mientras que los que tienen un tipo de cuerpo que se considera no adecuado, pueden ser condenados a la indiferencia, al ostracismo o ser simplemente ignorados.

De este modo, la percepción del propio cuerpo puede ser una herramienta eficaz para determinar cómo los sujetos son vistos y valorados por el entorno a partir de la

dimensión corporal. Sobre la diferenciación de los sujetos en las diferentes sociedades, a partir del cuerpo, Esteban (2004, p. 14) indica lo siguiente:

Las nuevas teorizaciones acerca del cuerpo insisten en la necesidad de complejizar y diversificar la visión dominante sobre la construcción de la identidad y los procesos de individuación y personificación. Esto nos debería llevar a matizar más los análisis concretos y a estar más atentos a los cambios históricos y a la variabilidad interna de cada grupo social.

Lo expuesto por Esteban, resultado de sus indagaciones a partir de una autobiografía corporal, indica la interconexión existente entre la experiencia corporal y lo adjudicado por la sociedad. Así, la imagen corporal, vista desde el cuerpo femenino, conjuga tres elementos claves: en primer lugar, el impacto ejercido por la cultura occidental contemporánea sobre la dimensionalidad del cuerpo; en segundo lugar, la experiencia vivida por la autora en cuanto al padecimiento de síntomas y problemas concretos; y, en tercer lugar, el entramado existente entre la propia identidad personal, el ámbito social y el rol de la imagen corporal en el entorno laboral.

Por otro lado, el cuerpo es también un recurso muy valioso para la adquisición de conocimientos. Mediante la observación y la imitación de quienes nos rodean, podemos llegar a comprender nuestro propio comportamiento. En cuanto al aporte del papel del cuerpo en el desarrollo cognitivo-conductual de los sujetos en las dinámicas establecidas para el alcance de una imagen corporal idealizada, existe un elemento de gran relevancia para el alcance de un cuerpo idealizado, el cual corresponde a la motivación experimentada por el sujeto, que se establece como estímulo para la adquisición de nuevos conocimientos sobre el cuidado del cuerpo. Al respecto, Palmero et al. (2008, p. 146) apuntan lo siguiente:

Relacionada con la supervivencia, la motivación permite conocer cómo un individuo trata de incrementar la probabilidad de sobrevivir y, en el caso del ser humano, vivir de la mejor forma posible. Así, consideramos que la motivación es un proceso básico imprescindible para comprender la relación que establece un individuo con su medio ambiente.

Lo planteado por estos autores nos lleva a la reflexión acerca de la capacidad del sujeto de relacionarse con el entorno de forma eficaz para el alcance del conocimiento requerido, siendo el punto de partida la motivación externa, la cual es generada a partir de la imagen corporal exhibida por los sujetos que viven en el fenómeno del culto al cuerpo.

“La motivación externa o extrínseca se relaciona con el interés que despiertan los incentivos, recompensas o consecuencias que ocurren en el ambiente, los cuales tienen diversas naturalezas”, nos dice Estrada (2018, p. 14). En este caso que nos ocupa, corresponde al alcance de una imagen corporal idealizada, para lo cual se debe someter el cuerpo a las acciones realizadas por quienes ya tienen resultados a partir del sometimiento del cuerpo a los fines de alcanzar las características anatómicas deseadas.

En el desarrollo del culto al cuerpo, se establece un proceso de enseñanza-aprendizaje entre quien exhibe la experiencia sobre el ejercicio y el consumo de alimentos y aquel sujeto que busca incrementar sus acciones en favor de lo propuesto, que es una de las formas de aprendizaje más común en las prácticas contemporáneas del cuidado del cuerpo. En esto consiste el aprendizaje vicario o social, el cual fue descrito en la década de los setenta y permite entender cómo el ser humano aprende y adopta sus actitudes frente a determinados estímulos (Bandura, 1977). Actualmente, la teoría de Bandura es considerada como uno de los grandes paradigmas a tomar en

cuenta para entender el comportamiento de los sujetos en el desarrollo del aprendizaje por observación.

Dicha teoría trató de dar una explicación de cómo el sujeto incorpora nuevos conocimientos por medio de la observación del comportamiento de los demás. Tal observación funciona como un estímulo para el desarrollo de aquellas actividades que permiten el alcance de un cuerpo idealizado. “En términos generales, mientras más crea la gente que puede desempeñar adecuadamente una actividad, más dispuesta se siente a efectuar un mayor esfuerzo y mostrar mayor persistencia al enfrentar dificultades cuando las actividades requieren tal acción” (Perales, 2018, p. 24).

Es una forma eficaz de adquirir conocimientos, ya que permite observar las acciones y las prácticas de los sujetos cercanas a nosotros a fin de alcanzar resultados similares sostenibles en el tiempo. Esta técnica se emplea en múltiples ámbitos, como en el trabajo y en entornos educativos. Observando y aprendiendo del comportamiento de los demás, podemos cultivar nuestra propia comprensión y habilidades. Respecto al aprendizaje vicario o social, Rodríguez y Cantero (2020, p. 73) indican lo siguiente:

Bandura centró sus estudios en la relación del aprendiz con su entorno social, y señala que en todo proceso de aprendizaje están presentes dos elementos: el factor cognitivo y el factor social. Así pues, esta teoría otorga un papel destacado a los “otros”, a la influencia de la conducta de otras personas en el aprendizaje, en la personalidad y en la propia conducta. (...). Bandura centró sus estudios en la relación del aprendiz con su entorno social, y señala que en todo proceso de aprendizaje están presentes dos elementos: el factor cognitivo y el factor social. Así pues,

esta teoría otorga un papel destacado a los “otros”, a la influencia de la conducta de otras personas en el aprendizaje, en la personalidad y en la propia conducta.

Dentro de los factores que inciden en este proceso de aprendizaje está la coherencia o coincidencia de las cualidades del modelo a seguir y lo deseado por el sujeto. Nos hemos planteado que, en relación al culto al cuerpo, el aprendizaje vicario a través de los medios de comunicación tradicionales o no, ha contribuido a potenciar este fenómeno a lo largo de la historia de dichos medios.

Un ejemplo de lo aquí planteado es el impacto ejercido a través de la publicación de cuerpos idealizados en los medios de comunicación escrita desde hace más de un siglo. “Los modelos de comunicación en salud, que se orientan al desarrollo de habilidades personales en relación con la capacidad de comunicar y construir sentidos compartidos, permiten apropiación y recordación de mensajes en salud” (Prieto-Rodríguez *et al.*, 2006, p. 81). De igual manera, un aspecto a considerar en el abordaje del cuerpo como instrumento de reconocimiento social es el papel ejercido por los medios de comunicación tradicionales, como la televisión. Según Behar (2010, p.14), “la televisión pareciera ser el medio de comunicación de mayor impacto en la difusión de valores y patrones relacionados con la estética de la delgadez”. De modo que, la selección de quienes se dirigen a la teleaudiencia, corresponde al hecho de poseer una imagen corporal que denota bienestar y belleza.

Continuando con lo planteado sobre el desarrollo del proceso de aprendizaje, el cual permite también captar el significado de la figura del cuerpo y su papel en la percepción del reconocimiento, estudiando también el comportamiento de los demás y reconociendo el contexto en el que se desenvuelven, podemos comprender el uso de la

figura o apariencia corporal como herramienta de control, representación de ideas y cómo la interpretan los demás sujetos del entorno. Esta comprensión puede ayudarnos a construir nuestra propia comprensión de la imagen corporal y cómo es objeto de utilización en la percepción del reconocimiento desde la mirada del otro.

De igual modo, el aprendizaje vicario permite observar el comportamiento de los demás y comprender sus motivaciones, lo que permite llegar también a entender el impacto psicológico de la percepción del reconocimiento en las personas. Esta comprensión puede ayudar a entender mejor cómo afecta la percepción al reconocimiento del comportamiento. A través de este proceso, se puede adquirir una comprensión más profunda del poder de la percepción del reconocimiento y de cómo puede utilizarse en el alcance de la imagen corporal idealizada, según el caso.

Un aspecto a resaltar en el papel del cuerpo como instrumento de reconocimiento social y medio de existencia en el mundo es el ejercicio de la exploración de las emociones que convergen en dicho proceso, así como la comprensión en la búsqueda de la morfología corporal a alcanzar, las cuales pueden verse favorecidas en gran medida por la expresión física.

Los gestos faciales y los movimientos a través de las manos, pies y otras partes corporales, comunican nuestros pensamientos, sentimientos y estados de ánimo. Esto constituye una poderosa herramienta para expresar nuestro posicionamiento en el mundo de forma individual o colectiva, pues estos también expresan posiciones de poder, influencia o grados de jerarquía. De la alegría a la tristeza, de la rabia al miedo, utilizamos el movimiento para expresar una amplia gama de emociones, las cuales son esenciales para que se cumpla la dinámica de interacción sujeto-mundo. Tal como apunta Fast (2005, p. 3) en el siguiente párrafo:

El lenguaje del cuerpo permite encarar bajo una nueva luz la dinámica de las relaciones interfamiliares. Si, por ejemplo, una familia se halla sentada, puede dar de sí un retrato revelador nada más que por la forma en que sus miembros mueven sus brazos y piernas. Si la madre cruza las piernas primero, y el resto de la familia hace en seguida lo mismo, ella ha tomado la delantera de la acción familiar, aunque ella y el resto de la familia no tengan conciencia de que lo ha hecho.

Esta descripción establece que existe un liderazgo visible ejercido desde la madre expresado a través de la postura sin la utilización de lenguaje verbal que revele la influencia de la madre en la organización de la familia. El movimiento es también un elemento esencial en la construcción de la identidad. Mediante la actividad física, ya sea el deporte o la danza, se expresan cualidades étnicas y culturales que emulan experiencias únicas dentro de un colectivo. Además, a través del movimiento se alcanza el perfeccionamiento de diversas técnicas corporales utilizadas en todas aquellas actividades deportivas y artísticas que tengan en común el desarrollo del equilibrio, la coordinación y la agilidad.

El aprendizaje también está estrechamente ligado a los movimientos corporales. Las actividades que implican movimiento permiten reconocer y reaccionar a las señales sociales, generando así una memoria de actividad corporal; esto permite la relación con los demás de forma significativa. En última instancia, el movimiento forma parte integrante de la búsqueda de objetivos. Al respecto, Aguilar (2014, p. 16) expresa lo siguiente:

El espacio sensorial se encuentra ubicado en el espacio social. Es partir de esta capa del espacio social que toma importancia el encadenamiento de gestos. Son gestos socialmente ubicables en la medida en que se

conforman a partir de los objetos disponibles en el entorno y la relación con ellos.

De modo que el gesto y los movimientos como medio de expresión corporal son componentes esenciales de la búsqueda de objetivos. A través del movimiento, podemos expresar emociones, construir identidades y aprender. Además, utilizamos la corporeidad para construir y comprender las relaciones sociales. En consecuencia, esta desempeña un papel vital en la búsqueda de sentido.

5.3.2. El cuerpo como producto de la elaboración social

Desde la dimensión biológica, el cuerpo humano se establece como un sistema dinámico-complejo, que implica un conjunto de estructuras que se entrelazan entre sí. Todo esto regido por un conjunto único de mecanismos y regulaciones conjugadas en los procesos bioquímicos de nuestro medio interno. Desde el ámbito social, el cuerpo se establece como medio de ser y estar en el mundo, pues, como unidad, viene a formar parte de las estructuras colectivas o sociedades, lo cual está mediado por los aportes generacionales inherentes a la población de la que forma parte. Estas estructuras, que a menudo vienen impuestas por la cultura imperante, pueden tener un profundo efecto en la forma en que interactuamos con nuestro yo físico.

Este fenómeno, conocido como elaboración social, consiste en construir y reforzar principios, valores y convicciones sociales. En sus reflexiones sobre la gestación social del cuerpo y su relación con los otros espacios corporales de la colectividad, Pera (2006, p. 151) afirma:

En cada espacio corporal se sustenta una experiencia vital y la consciencia de una entidad personal, volcada al mundo exterior en el que

se mueve, del que percibe y asimila una ínfima parte de lo que éste contiene, y donde interactúa con otros muchos cuerpos.

Puede observarse que, en la forma de considerar y abordar la figura corpórea en los diversos contextos, algunos individuos reciben más atención que otros, como ocurre en el entorno habitado por aquellos que participan del fenómeno del culto al cuerpo, lo cual constituye un proceso de elaboración social en que este se utiliza como herramienta de control e identificación, basado en ciertos tipos de figuras corpóreas como signo de prestigio social, autoridad y jerarquía.

De igual modo, la elaboración social tiene implicaciones en la forma en que percibimos e interactuamos con nuestro propio cuerpo. Puede provocar sentimientos de inferioridad y malestar, así como de aceptación y rechazo. “No obstante, la sociedad hace que cada individuo someta su propio egoísmo en pos de la consecución de metas comunes, pues, de este modo, es más probable obtener el placer derivado de la satisfacción individual” (Palmero *et al.*, 2008, p. 146).

Esto es así debido a que los individuos pueden sentirse inadecuados cuando su imagen corporal no coincide con las normas de la cultura en la que residen. Esto es especialmente cierto en el caso de quienes pertenecen a poblaciones vulnerables socialmente, las cuales a menudo se enfrentan a una mayor marginación debido a su procedencia contextual. “Esas exigencias sociales tienen que ver con la perfección, el predominio de lo estético, el cuerpo saludable y la juventud eterna, las cuales garantizarían el éxito”, aseveran Bazán y Miño (2015, p. 23).

Al comprender el poder de la elaboración social, las personas pueden estar mejor equipadas para enfrentarse a los sistemas de poder opresivos y rechazarlos, asumiendo el reclamo de su cuerpo como fuente de poder y fuerza ante la imperante creencia

impuesta por las ideologías de bienestar y belleza a partir del ejercicio de poder dado por el consumo abrazador.

Por otra parte, las organizaciones pueden desempeñar un papel fundamental en el fomento de un sentimiento de pertenencia y solidaridad entre sus miembros. Mediante recompensas verbales o físicas, como los reconocimientos, ascensos y premiaciones de carácter metálico, las organizaciones pueden demostrar su aprecio por los esfuerzos evidenciados en el desempeño laboral de su personal. Sin embargo, es importante señalar que los distintos tipos de reconocimiento pueden tener efectos diversos en los empleados, por lo que las organizaciones deben ser conscientes de cómo deciden reconocer a sus miembros.

Las implicaciones de estos tipos de acciones por parte de los empleadores pueden ir desde la mejora de la moral hasta la mejora de la productividad. Para crear una atmósfera de apoyo, las organizaciones deben dar prioridad a la comunicación abierta y honesta, proporcionar comentarios constructivos y cultivar una cultura de aprendizaje y desarrollo. Además, las organizaciones deben crear oportunidades para la colaboración y la creación de equipos, ya que esto puede ayudar a promover la unidad y la cohesión. Tomando estas medidas, las organizaciones pueden crear una atmósfera de aprecio que se traducirá en una mayor motivación y satisfacción dentro de su equipo.

Es por esto que las organizaciones deben ser conscientes del impacto de sus sistemas de reconocimiento en la imagen pública. Mediante el reconocimiento positivo, las organizaciones pueden reforzar las relaciones con las principales partes interesadas y fomentar un entorno en el que las personas se sientan capacitadas para asumir riesgos y desarrollar sus habilidades. En resumen, el reconocimiento social

puede ser una poderosa herramienta para que las organizaciones fomenten el crecimiento y el éxito tanto a corto como a largo plazo.

5.4. El cuerpo como instrumento de visibilidad en el mundo: la imagen corporal portadora de triunfo y fracaso

El concepto de triunfo está profundamente arraigado en la historia y la cultura humana. Representa la acción y el resultado de alcanzar el reconocimiento en cualquier escenario de desarrollo de los sujetos como entes sociales. Sin embargo, cuando hablamos del cuerpo, el concepto de triunfo adquiere un significado totalmente complejo y está muy ligado al reconocimiento. Nuestros cuerpos son espacios de establecimiento en el mundo que pueden ser fuente de orgullo y satisfacción; pero, por otro lado, cuando no se percibe una aceptación de nuestra imagen, puede ser fuente de insatisfacción, vergüenza y hasta aislamiento social. Existen diversas formas en que el cuerpo puede verse como símbolo de triunfo, sobre todo en aquellos sujetos que han dedicado gran parte de su vida al cuidado del mismo. Moratalla (2010, p. 230), en sus apuntes sobre el cuerpo reconocido, indica lo siguiente:

El reconocimiento mutuo no es algo dado, se aprende, y corre el riesgo de poder olvidarse también, por eso se requiere un esfuerzo; es tarea, educación. (...) habremos de aprender a cuidar del cuerpo para que sus posibilidades se desarrollen, para que sus poderes aparezcan, para que el cuerpo reconocido sea un cuerpo digno, un cuerpo nunca humillado ni disminuido. Así, la ética del reconocimiento presupone, aunque sea calladamente, como vemos en Ricoeur, el cuidado del cuerpo “con toda el alma.”

El alcance del reconocimiento y la admiración social a partir del cuidado del cuerpo como medio de alcance del triunfo corresponden a un concepto profundamente arraigado en nuestro mundo, esto es a la necesidad de ser reconocido por el entorno. Pero, ¿qué significa esto realmente? En esencia, es el acto de alcanzar un logro o triunfo en cualquier actividad y que los pares o iguales expresen cierto grado de admiración.

Es el resultado del trabajo duro, la dedicación y la tenacidad, que debe ser establecida en cualquier práctica relacionada con el cuidado del cuerpo. La victoria relacionada con la imagen corporal puede adoptar diversas formas y significaciones, desde la conquista de objetivos personales por el cuidado de la salud ante un factor patológico predisponente, hasta el logro de la victoria en competiciones deportivas, tanto de aficionados como de profesionales.

Es esencial tener en cuenta que, en el ámbito deportivo, la victoria no consiste únicamente en vencer a un adversario u oponente, sino más bien en esforzarse por convertirse en la mejor versión de uno mismo. Cuando se trata del cuerpo, el triunfo o la victoria puede verse como una celebración del físico alcanzado y de todo lo que es capaz de hacer. Ya sea alcanzando objetivos personales de forma física o aceptando la forma y el tamaño únicos de cada uno, el cuerpo puede ser un poderoso símbolo de éxito en nuestras vidas.

Sin embargo, la obsesión por el cuerpo también puede ser un arma de doble filo. Si bien alabar el cuerpo y sus logros puede ser fortalecedor, también puede dar lugar a resultados negativos, como la vergüenza corporal y los estándares de belleza poco realistas. El cuerpo es una entidad complicada y polifacética, que lo abarca todo, desde la aptitud física hasta la salud mental. Por ello, el éxito en relación con el

cuerpo no debe limitarse a la apariencia o las habilidades externas, sino que debe incluir un enfoque integral de bienestar.

Al reconocer el cuerpo como un símbolo de victoria, podemos aprender a apreciarnos por lo que somos y por todo lo que somos capaces de lograr. En este orden de ideas, el cuerpo hace frente a diversos desafíos de la sociedad contemporánea, donde el éxito de los sujetos, tanto en el hombre como en la mujer, se ve expresado en gran medida por la imagen corporal exhibida.

El organismo humano es un intrincado conjunto de funciones, desde la respiración hasta la digestión y la movilidad. A pesar de sus notables capacidades, el cuerpo también puede ser una fuente de estigmatización que se traduce en trastornos conductuales ligados a la forma de interactuar del sujeto con el entorno. Los sujetos pueden tener problemas con su autoimagen y su autoestima, sobre todo en una cultura que da mucha importancia al atractivo físico. La obligación de cumplir ciertos ideales de belleza puede llevar a un sentimiento de humillación e inadecuación, lo que dificulta ver el cuerpo como una fuente de fortaleza. Además, las personas pueden enfrentarse a complicaciones físicas, como enfermedades crónicas no transmisibles, deficiencias o lesiones que pueden obstaculizar su capacidad para realizar las actividades cotidianas. Estas luchas pueden ser desalentadoras, lo que hace más difícil ver el cuerpo como un símbolo de logro.

Los problemas a los que se enfrenta el cuerpo no son solo físicos, sino también de orden psico-afectivos y conductuales. La autocrítica y la tensión social pueden tener un efecto importante en la salud mental, pues provoca ansiedad, abatimiento y otros trastornos psicológicos. Además, el cuerpo puede ser fuente de sufrimiento y malestar, sobre todo para quienes padecen dolores o enfermedades crónicas.

Estas dificultades pueden resultar alienantes y agotadoras, lo que dificulta encontrar la motivación para reconocer el cuerpo como símbolo de grandeza. Sin embargo, a pesar de estos problemas, es importante reconocer la tenacidad y resistencia del cuerpo. Tomando nota de los problemas y esforzándose por conseguir la aprobación y el amor propio, las personas pueden modificar la relación con su cuerpo y verlo como un símbolo de fortaleza y éxito. En última instancia, el triunfo en cuanto al cuidado del cuerpo consiste en superar retos, distracciones y pensamientos limitantes, ir más allá de las restricciones y alcanzar nuestro máximo potencial.

Abrazar el concepto de triunfo es esencial para comprender cómo la forma humana puede considerarse una encarnación del triunfo. Nuestros cuerpos son creaciones fenomenales capaces de hazañas increíbles, desde correr maratones hasta escalar montañas o construir obras de arte. Del mismo modo que una competición exige a sus participantes superar dificultades y derrotar rivales, el cuerpo también debe luchar contra la enfermedad, las lesiones o la edad para mantener su funcionamiento óptimo. Por lo tanto, el cuerpo es un símbolo del éxito, que encarna la tenacidad, la fuerza y la determinación necesaria para lograr nuestras ambiciones. Al apreciar el significado del triunfo, podemos reconocer los asombrosos logros que nuestros cuerpos alcanzan cada día y sentirnos inspirados para perseguir cotas aún mayores.

Conseguir una sensación de plenitud en cualquier área de nuestras vidas puede ser todo un reto. Entender la distinción entre el logro personal y la superación de un obstáculo es clave para redefinir nuestra relación con nosotros mismos. Para ello, es esencial considerar los diversos obstáculos que pueden dificultar nuestra capacidad para aceptar y abrazar nuestra forma física. Desde la forma y el tamaño del cuerpo hasta las fortalezas y debilidades. Estas dificultades pueden verse como oportunidades de crecimiento y amor propio.

En lugar de considerar el aspecto físico como el marcador definitivo del éxito, deberíamos esforzarnos por superar los retos y obstáculos que nos impiden ser nuestro yo más auténtico. Esto podría considerarse la esencia del triunfo y puede abarcar todos los aspectos de nuestras vidas. Al reconocer y aceptar nuestros puntos fuertes y débiles individuales, podemos aprender a apreciarnos a nosotros mismos, independientemente de nuestros atributos físicos. Estas reflexiones permiten en nosotros, como sujetos sociales, avanzar con confianza y aceptar nuestros sentimientos y nuestra forma de interactuar con el mundo.

Nuestra forma física es una representación de nuestros logros, nuestras realizaciones y nuestras luchas. Contiene los recuerdos de nuestras experiencias anteriores, tanto buenas como malas. El significado de cuerpo trasciende la estructura corpórea; comprende nuestro ser interior, nuestros sentimientos y nuestras cavilaciones. Nuestros cuerpos representan un símbolo de reconocimiento social y, por ende, de triunfo y victoria, porque son una afirmación de nuestra resistencia y poder, expresados en la dualidad del sujeto que somete y el sometido.

La definición de cuerpo es intrincada y polifacética. Simboliza el recipiente tangible que nos lleva por la vida y el alma de lo que somos. Nuestros cuerpos pueden ser fuente tanto de honor como de humillación, y puede resultar difícil hablar de ellos. Sin embargo, abrazar nuestros cuerpos y todo lo que significan es un paso crucial para alcanzar la verdadera victoria.

El concepto de cuerpo está profundamente arraigado en nuestros puntos de vista culturales y sociales. En algunas culturas, el cuerpo se venera como un santuario, mientras que en otras se considera una causa de transgresión y atracción. A pesar de

nuestros orígenes, todos tenemos una relación distintiva con nuestros cuerpos, y comprender esta relación es esencial para liberar todo nuestro potencial.

El concepto de cuerpo se expande más allá del mundo material. Incluye las cualidades intangibles que nos hacen ser quienes somos, es decir, nuestras emociones, nuestros pensamientos y nuestras convicciones. Nuestro cuerpo es el recipiente de estas cualidades, que desempeñan un papel fundamental en la formación de nuestros éxitos y logros. Al aceptar el concepto de cuerpo, podemos liberar toda nuestra capacidad y lograr una auténtica victoria en todos los aspectos de nuestra vida.

El cuerpo puede considerarse una definición de triunfo. Nuestra estructura física y sus funciones presentan desafíos que debemos enfrentar todos los días, pero también nos dan la oportunidad de alcanzar el éxito y superar obstáculos. El concepto de triunfo, en el contexto del culto al cuerpo, se suma a esta idea de victoria y logro. Aunque el éxito y el triunfo son diferentes, ambos requieren una fuerte voluntad y determinación para superar cualquier obstáculo. Recordemos las palabras de quienes nos precedieron y encontremos la fuerza para levantarnos después de una caída. Que sigamos encontrando el triunfo en nuestros cuerpos y en nuestras vidas.

El otro escenario respecto al cuerpo, espacio de ser y estar en el mundo, es que puede ser también portador del fracaso del sujeto. Al pensar en el fracaso, este se establece como una experiencia universal que puede acarrear consecuencias físicas y mentales. El cuerpo puede ser una clara representación del fracaso, tanto en términos de los impactos físicos como del impacto negativo que puede tener en nuestra salud mental. En el ámbito del cuidado del cuerpo existen diversas formas en que el fracaso puede afectar a nuestro cuerpo, desde el estrés que puede suponer para nuestra salud física hasta el impacto que puede tener en nuestra autoestima.

La experiencia de la derrota que implica no conseguir una imagen corporal idealizada puede tener implicaciones orgánicas de tipo conductuales y fisiopatológicas en nuestro cuerpo. Cuando fracasamos, nuestro estado físico puede experimentar una serie de cambios fisiológicos, como el aumento del ritmo cardíaco, la transpiración y la tensión muscular. Estas reacciones forman parte de la respuesta natural de lucha o huida del cuerpo, que se activa cuando percibimos un peligro o una amenaza. En la circunstancia del fracaso, esta reacción puede ser provocada por sentimientos de vergüenza, mortificación o insatisfacción.

Es esencial reconocer los impactos físicos del fracaso ante una imagen corporal no aceptada por el sujeto y tomar las medidas para contrarrestarlos. Esto puede incluir la práctica de métodos para reducir el estrés, como la atención plena o el ejercicio, la búsqueda de ayuda social y la adopción de conductas saludables, como consumir una dieta equilibrada y dormir suficientemente. Al cuidar nuestra salud física, podemos afrontar mejor los obstáculos y contratiempos que conlleva el fracaso.

Desde la dimensión afectiva del sujeto, el fracaso puede tener un grave impacto en la salud mental de una persona. La vergüenza, el bochorno y el abatimiento son emociones comunes que pueden surgir del fracaso, lo que conduce a una autoconversación negativa y a una disminución de la confianza en uno mismo. Esto puede provocar miedo a asumir riesgos o a probar nuevas actividades, lo que impide el crecimiento personal. Además, el estrés provocado por el fracaso puede causar ansiedad y depresión, exacerbando los efectos perjudiciales del fracaso.

En este sentido, resulta esencial reconocer que fracasar es una parte natural de la vida y no determina la valía o las capacidades de un individuo. Aún así, los efectos mentales del fracaso pueden ser difíciles de superar.

En cuanto al impacto generado por el fracaso en la autoestima de los sujetos que viven realizando actividades físicas, ya sea por falta de intensidad en el ejercicio o por la existencia de alguna condición orgánica que impida el alcance de los resultados propuestos, la frustración pueden ejercer una influencia grave y duradera en la autoestima. Cuando no tenemos éxito en algo en lo que hemos invertido gran cantidad de energía y esfuerzo, puede ser demasiado fácil tomarlo como un reflejo de nuestro carácter y sentirnos avergonzados o inadecuados.

Es esencial recordar que el fracaso es un elemento natural de la vida y que todo el mundo lo experimenta de alguna forma. Sin embargo, la forma en que afrontamos el fracaso puede tener un gran impacto en cómo afecta a nuestra autoestima. En lugar de percibirlo como un signo de incapacidad personal, si pudiéramos verlo como una oportunidad de crecimiento y desarrollo, podría ayudarnos a reforzar nuestra autoestima con el tiempo.

En el ámbito del cuidado del cuerpo, el fracaso experimentado por la insatisfacción corporal es un concepto al que solemos asignar connotaciones negativas, lo que provoca sentimientos de vergüenza e inadecuación. Sin embargo, es posible replantear nuestra visión del fracaso y utilizarlo como herramienta para el crecimiento y empoderamiento personal.

El cuerpo suele responder al fracaso con tensión física y un corazón acelerado. Para controlar esta respuesta de estrés, se pueden emplear actividades como la respiración profunda, la meditación y el ejercicio, para reducir los efectos. Además, para mantener una buena salud mental, se puede utilizar la terapia cognitivo-conductual y las prácticas de atención plena para gestionar las emociones y los patrones de pensamiento.

El fracaso también puede tener efectos perjudiciales en la autoestima, por lo que es importante tomar medidas para recuperar la confianza. Las afirmaciones positivas, la fijación de objetivos y las redes de apoyo social pueden servir para cambiar la perspectiva y fomentar la resiliencia. Al centrarnos en nuestras fortalezas y éxitos, podemos fomentar una visión más sana de nosotros mismos y de nuestras capacidades.

En la mayoría de las actividades relacionadas con el cuidado del cuerpo se pueden establecer ciertos niveles de angustia y frustración por no conseguir los objetivos propuestos en el tiempo establecido, sobre todo cuando se entremezclan aspectos ligados a la competencia ante el logro de otros sujetos, a veces sin tomar en cuenta que existen aspectos individuales que condicionan el alcance de las metas planteadas en el culto al cuerpo, puesto que el individuo que experimenta este fenómeno como práctica cotidiana se caracteriza por vivir en una búsqueda constante de nuevas dimensiones corporales.

5.4.1. La condición del cuerpo en la sociedad contemporánea: del bienestar físico a la imagen corporal como reafirmación del espectáculo

En la actualidad, resulta imposible ignorar el culto al cuerpo y la importancia que se concede a la apariencia física. Esta dinámica que se instala como una continua obsesión por la estética y lo socialmente establecido como belleza, de acuerdo a la población en cuestión, no es sólo un reflejo de nuestra sociedad de consumo y materialista, sino también el resultado de la sociedad del espectáculo. “Toda la vida de las sociedades en las que dominan las condiciones modernas de producción se presenta como una inmensa acumulación de espectáculos. Todo lo que era vivido directamente se aparta en una representación” (Debord, 1967/1998, p. 3).

El bombardeo constante de imágenes y la presión social para ajustarse a un determinado ideal de belleza han provocado un incremento en la proliferación de sujetos de ambos sexos que dedican tiempo y recursos desmedidos al cuidado del cuerpo, lo cual, en algunos casos, ha favorecido la aparición de algunos trastornos conductuales relacionados con la idealización del cuerpo. “La forma distintiva de la personificación del sujeto en la sociedad contemporánea: sujetos que anhelan ser los protagonistas con sus propias historias e insertarse así en el escenario público, como los otros, los famosos”, así los define Briceño (2011, p. 15):

En el desarrollo de la dinámica de consumo en que se sumerge el sujeto contemporáneo se presenta de forma certera el vínculo existente entre la sociedad del espectáculo, vista esta desde el posicionamiento de la imagen corporal en la cotidianidad de los sujetos y el culto al cuerpo. Los factores que alimentan esta obsesión y su impacto en las interacciones humanas y la vida moderna exaltan la condición humana a partir de las complejidades del culto al cuerpo en la sociedad del espectáculo.

A decir de Arendt (1993/2016, p. 23), en cuanto a lo mediático de las acciones de los sujetos:

La condición humana abarca más que las condiciones bajo las cuales se ha dado la vida al hombre. Los hombres son seres condicionados, ya que todas las cosas con las que entran en contacto se convierten de inmediato en una condición de su existencia.

En sus palabras, Arendt aporta algunas claves importantes para comprender el comportamiento actual de algunos sujetos, como es el condicionamiento del entorno para la dependencia del individuo en la adquisición de productos, bienes y servicios. De modo que, en el desarrollo de estas actividades, existe una fijación por la perfección física, la cual se ha convertido en una parte omnipresente de la vida moderna, que afecta a personas de todos los sexos y edades.

Esta tendencia se caracteriza por una búsqueda incesante de una imagen que se consigue mediante el ejercicio extenuante, dietas y otros medios. No se trata solo de estética, sino también de salud, bienestar y superación personal. A menudo se recurre a ella como forma de reforzar la confianza en uno mismo y la estima, así como la posición social.

Ahora bien, el culto al cuerpo no es solo una búsqueda personal, sino también un fenómeno sociocultural que refleja los valores y las normas predominantes en la sociedad. Para Arendt (1993/2016, p. 23): “El mundo en el que la *vita activa* se consume, está formado de cosas producidas por las actividades humanas; pero las cosas que deben su existencia exclusivamente a los hombres condicionan de manera constante a sus productores humanos”. Dicho de otra manera, estas acciones forman

parte de una cultura de consumo más amplia, que nos anima a comprar más cosas, a ser más competitivos y a ajustarnos a determinadas normas.

Por otro lado, estas acciones también se asocian con el auge del individualismo, puesto que el éxito individual y la auto-expresión se sitúan por encima de los objetivos y la responsabilidad colectiva. En última instancia, el culto al cuerpo es un fenómeno intrincado y polifacético que requiere un examen cuidadoso y una consideración reflexiva. En tal sentido, Debord (1967/1998, p. 10) advierte al respecto:

El mundo a la vez presente y ausente que el espectáculo *hace visible* es el mundo de la mercancía que domina toda vivencia. De este modo, el mundo de la mercancía se muestra *tal y como es*, pues su movimiento se identifica con el *distanciamiento* de los hombres entre sí y con respecto a su producción global.

La idea de valorar la imagen de uno mismo por encima de la sustancia real, expresada por Debord, es ampliamente evidente en la era moderna. Ahora, la gente tiende a centrarse más en su imagen proyectada en las redes sociales que en su verdadero carácter o sus logros. La preocupación por la apariencia física, resultado de este fenómeno, ha hecho que los individuos persigan un tipo de cuerpo poco realista en lugar de su propia salud y bienestar.

Hay una relación entre la preocupación por el físico y la sociedad del espectáculo, a pesar de que esta surge como una crítica al sistema social de la época, debido a la alienación de los trabajadores en cuanto a su explotación del tiempo dentro y fuera de la jornada laboral, esto es, el consumo de los productos en el tiempo libre o de ocio, lo cual se debe en gran medida a la influencia ejercida por la publicidad y los medios de comunicación. Dicha relación se impone objetivamente en forma de “cultura de

masa”, pues aquí se promulga la propia definición social de belleza, imposible de alcanzar para muchos.

Los efectos de la sociedad del espectáculo también han repercutido en la forma como las personas interactúan entre sí. Con frecuencia se juzga y valora a las personas por su físico, en lugar de por sus talentos o cualidades. Esto provoca una presión para ajustarse al estándar de belleza, lo que da lugar a una falta de distinción y singularidad. La preocupación por el físico perpetúa este enfoque en las apariencias, creando en última instancia una sociedad en la que las personas están más fascinadas por su aspecto que por lo que son. Se trata de un problema acuciante que hay que abordar para cultivar un entorno más compasivo y tolerante.

Vale la pena mencionar en este momento que existen diversos factores que estimulan y perpetúan el culto al cuerpo. En tal sentido, el atractivo de la aceptación social es uno de los principales impulsores del culto a la forma física. Los jóvenes, especialmente, están muy expuestos a las imágenes de formas idealizadas, que les hacen sentirse inadecuados y les inspiran a luchar por la perfección, aunque en las últimas décadas se ha observado también en los adultos mayores.

Esta necesidad de encajar conduce a un ciclo interminable de superación personal, a menudo hasta el punto de tomar medidas extremas para conseguir la forma y el tamaño deseados. Además, existe una asociación entre belleza física y éxito en muchas industrias. Quienes desempeñan funciones de cara al público, como modelos, actores y vendedores, se ven especialmente presionados para tener buen aspecto, ya que la apariencia suele ser un factor importante para el éxito.

Esto anima a la gente a dar prioridad a la apariencia externa sobre otros atributos, reforzando la idea de que la belleza física es esencial para tener éxito en la vida y

perpetuando aún más el culto al cuerpo. Un aspecto de gran importancia a considerar es el hecho de que la idolatría de la belleza física tiene un efecto profundamente arraigado en nuestras conexiones con los demás, lo que da lugar a una desviación de los valores y prioridades de los sujetos, pues afecta a sus prioridades de forma individualizada y, por tanto, impacta en la colectividad.

En lugar de valorar a los sujetos por su carácter, preparación académica y desempeño, es más probable que sean juzgados por su aspecto, dimensiones corporales y, por lo tanto, por su capacidad para cumplir los cánones de belleza. Sobre la apreciación de la imagen, Marín (2009, p. 14) nos dice lo siguiente:

Las condiciones trascendentales de posibilidad y eficacia de la imagen, los a priori de la donación, uno a otro, del ver y el ser visto en el quiasmo sensible o el entrelazamiento corporal, como decía Merleau-Ponty, constituirían las virtualidades de la imagen, en el doble sentido de sus latencias en el ser in-visto y de los procesos del ser a la mirada.

Estas palabras de Marín conduce a reconocer la banalidad imperante en las relaciones que se sustentan solo en la apariencia, que se caracterizan por ser superficiales y poco profundas, en las que se estima a las personas por sus atributos exteriores y no por sus interioridad. En consecuencia, esto crea una desconexión entre los sujetos que los hace menos compasivos y empáticos ante las tribulaciones de los demás.

La glorificación de la apariencia física y la idolatría por la belleza también tienen un impacto nocivo en las relaciones de género. A las mujeres, en particular, se les imponen estrictos cánones de belleza, a menudo irreales e inalcanzables. Esto da lugar a una sensación de objetivación y despersonalización en la que las mujeres son

trivializadas como meros objetos de deseo y no como seres humanos polifacéticos. Esto, a su vez, conduce a la desconfianza y la falta de respeto entre géneros, y crea un clima de desconfianza que perfora todos los aspectos inherentes al ser humano como portador del ser.

Finalmente, la desviación en la apreciación de la imagen afecta igualmente nuestra capacidad de relacionarnos con la naturaleza y el medio ambiente. En lugar de apreciar el mundo natural por su belleza intrínseca, tendemos a verlo como un recurso que hay que utilizar y consumir en beneficio propio. Esto conduce a un sentimiento de distanciamiento y desapego de la naturaleza, y engendra un clima de apatía y despreocupación hacia las cuestiones medioambientales. Como resultado, nos aislamos más y nos implicamos menos con el mundo que nos rodea, provocando una sensación de abatimiento y desesperación que repercute en las diferentes interacciones de los sujetos.

VI. LA IMAGEN CORPORAL EN EL CIBERMUNDO

La actual revolución de los datos impulsa el establecimiento de un amplio hábitat cultural que lleva a enmarcar los problemas de la vida en términos de disponibilidad de datos y de las permutaciones que estos permiten. Este mismo desarrollo está vinculado a la tendencia a entender el proceso de generación de conocimiento, fundamentalmente, como operaciones de computación de grandes volúmenes de datos. En una perspectiva histórica más amplia, estas tendencias indican una transición cultural de mayor dimensión que da fe de la creciente importancia que los modelos cognitivos formales, basados en datos, están adquiriendo como medio de conocer y experimentar el mundo.

Jannis Kallinikos,

La realidad recuperada: una investigación sobre la era de los datos (2017).

6.1. Culto al cuerpo en el ciber mundo

La época actual representa un momento histórico en la que el cuerpo, como portador del ser, se ha convertido en un espectro virtual mediatizado por la tecnología cibernética, como son la Inteligencia Artificial (IA), la robótica y la revolución 4.0. Las redes sociales del ciberespacio representan un entorno de interacción virtual que ha permitido diversas modificaciones importantes en la dinámica de vida de los sujetos cibernéticos, que son aquellos que navegan por el ciberespacio y viven sumergidos entre la tecnología del ciber mundo.

El ciber mundo se encuentra estructurado en convergencia tecnológica, como son la tecnología de la información y el conocimiento, la nanotecnología, la biotecnología y las redes ciberespaciales. Este mundo cibernético, se caracteriza, de acuerdo a este pensador, por “la expansión de los mercados, la emigración, la cibercultura, el tiempo instantáneo, la educación *online*: todo esto articulado en un panorama de crisis en recursos naturales y de convulsiones ecológicas” (Merejo, 2015, p. 181).

El término “ciber mundo” referido por Merejo integra el prefijo “ciber”, el cual se refiere, según el *Diccionario de uso del español* de la autoría de Moliner (2016), al abordaje de todo lo relacionado al mundo de lo cibernético, es decir, con todo lo creado y regulado por una computadora. En sus reflexiones, continúa Merejo (2014, p. 134) planteando lo siguiente:

En el ciber mundo se ha producido una revolución tecnológica, económica y social que, articulada a las construcciones de redes sociales virtuales, han estado socavando los cimientos de una cultura que en términos políticos y educativos se pensaba que era imposible de reformar.

Esta transformación ha tendido un lienzo en todos los aspectos del diario vivir involucrando las diversas etapas de la vida. En contraste con esto, existe la idea de una aparente autonomía del sujeto otorgada por el uso del internet y la conectividad, por la que el sujeto cibernético se considera poseedor de ciertas libertades que asume como ventajas del ciber mundo. Ahora bien, tal apreciación no es más que otra manera de sometimiento y dominación a través del uso de las redes sociales.

Una de las aproximaciones al concepto de internet desde una perspectiva global se puede consultar en los aportes de Ursua (2008, p. 278):

Internet, esa red interconectada, capaz de integrar las redes tradicionales dentro del marco de su digitalización) y las redes más modernas, llegando a constituirse en el elemento cuantitativa y cualitativamente más importante desde el punto de vista socio-político, socio-cultural y socio-económico.

En atención a esta descripción, merece la pena reflexionar cómo las sociedades hiperconectadas se han constituido en un espacio donde el sujeto como poseedor de su cuerpo, asume una idealización del mismo como mediada por el uso de la tecnología, lo cual ha devenido en una convulsión filosófica, social, política, cultural y económica. “La tecnología ha inducido transformaciones que afectan el estilo de vida de los seres humanos, porque se ha producido una articulación de la ciencia, la tecnología y la sociedad en bucle de innovación permanente” (Merejo, 2014, p. 127).

En tal sentido, las construcciones sociales actuales orientan a la valoración de un sujeto caracterizado por el uso de la tecnología y a la búsqueda de una apariencia caracterizada por un cuerpo sometido al cuidado de forma obsesiva, que vive el fenómeno del culto al cuerpo. Todo esto implica el estar sumergido en lo cibernético,

pues la cotidianidad impone su incorporación para seguir operando. En un mundo dimensionado por lo virtual, se accede a través de una imagen constituida para interactuar en su entorno. Aquí funciona también la llamada máscara social, asociada históricamente a la construcción del concepto de persona, pues, a decir de Zafra (2005, p. 59) la palabra latina *persona*, deriva del vocablo griego “*prosopon*”, que se refiere a “lo que se presenta de sí a la mirada del otro” y se define como “aquella cualidad o papel que corresponde representar en la vida social a cada hombre, según su estado y condición” (Echeverría y Almendros, 2020, p. 43).

Con esta visión más definida sobre el concepto de persona, en este panorama del mundo cibernético, se sitúa lo que es el cibercuerpo, esto es, la corporeidad envuelta en dispositivos que operan como prótesis tecnológicas en el ciber mundo. Lo que permite encaminar la atención sobre la influencia ejercida por la tecnología desde los diversos escenarios o dimensiones que conforman el existir del sujeto como ser ontológico. Es en este tenor que los sujetos, en sus prácticas diarias, interactúan en los espacios digitalizados que permiten la interconexión de forma simultánea. Echeverría y Almendros (2020, p. 14) han planteado, desde la mirada filosófica, toda una línea discursiva sobre el prefijo *tecno*, “el análisis de lo *tecno* supone el esbozo de una tecnología desde las tecnociencias que ahonda entre las diferencias entre la técnica, tecnología y tecnociencia como distintos modos de construir, comprender y trascender la realidad”, lo cual permite una delimitación de estos conceptos y su aplicación en los diferentes tecnoentornos, pues las tecnologías digitales han impuesto importantes transformaciones en las realidades de las distintas sociedades.

Emerge así el tecnomundo como el espacio real mediado desde las “nubes” digitales, desde donde el poder impone lo virtual en el ciber mundo. Estamos frente a un fenómeno emergente que deja lo humano bajo el predominio de la tecnociencia. Y

así, la agonía de la prisa que impone lo virtual se expresa en ocasiones en la desvalorización del sentido de identidad del sujeto. Tal como apunta Ursua (2008, p. 293):

Los seres humanos nos hemos reciclado en “consumibles”, pero los “consumibles” no se pueden transformar en personas, al menos, en el tipo de personas que buscan su identidad, sus raíces, sus relaciones humanas, la amistad y el amor, el ser humano con el que nos podamos identificar.

Las palabras de Ursua nos llevan a reflexionar sobre las implicaciones del aceleramiento de la vida por lo virtual, contexto en que el sujeto se valora de acuerdo a la capacidad y el nivel de consumo, dejando en el trayecto los vestigios de lo que, al fin y al cabo, constituye la esencia de todo ser humano: el amor, la amistad, el sentido de pertenencia hacia nuestros ancestros y, por qué no, esa capacidad de asombro y serendipia que se suma en el transcurso del camino de la vida.

Por otra parte, aunque Echeverría y Almendros (2020, p. 81) inicialmente no aportan un concepto acabado, realizan, sin embargo, una clasificación inicial de tres tipos de tecnopersonas: a) aquellos seres humanos que dependen radicalmente de la tecnología para vivir; b) artefactos tecnológicos como los robots y otras modalidades de *software*, que simulan y potencian funciones y capacidades mentales de los seres humanos; y c) aquellos personajes literarios, dibujos animados o videojuegos que sirven como iconos imaginarios.

Es a partir de esta caracterización que estos autores definen a las tecnopersonas como “aquellas personas (físicas o jurídicas) cuya identidad, relaciones, funciones e interacciones están conformadas tecnológicamente, en particular por sistemas tecnológicamente informatizados” (Echeverría y Almendros, 2020, p. 97). Esto

permite comprender que, una tecnopersona consiste en un sujeto con un dominio de información en forma de datos que asume el tecnolenguaje como un nuevo tipo de lenguaje.

Llegados a este punto, hay que destacar el papel del tecnolenguaje y la tecnociencia en las transformaciones de lo corpóreo a través del uso de la tecnología, así como la construcción del cbersujeto, que incorpora a lo humano la utilización de todo un entramado que permite la adquisición de expresiones faciales, delimitaciones musculares y rendimientos en el ámbito deportivo. En fin, todo un conglomerado de recursos basados en el uso de la conectividad, “cuya definición va más allá del internet, porque incluye otras redes de ordenadores” (Merejo, 2023, p. 15). Dichos espacios de interconexión se establecen como un entramado digital que forman parte de los insumos de la cibercomunicación.

Con estos conceptos se pone en evidencia al sujeto actual que tiene ‘aparentemente’ infinitas posibilidades de establecer conexiones en el ámbito virtual con otros sujetos de diversa procedencia. Sin embargo, las posibilidades no son tan ilimitadas como podrían parecer, esto es así porque detrás de cada cbersujeto existe un ente material con todas las limitaciones y fragilidades que la realidad impone.

El desarrollo de nuevos tratamientos para la modificación de la imagen corporal ha favorecido la incorporación de forma exitosa en la mayoría de los casos, de algunas técnicas en el ámbito de la salud para el alcance de un bienestar físico socialmente impuesto, lo que ha incrementado la obsesión por la estética corporal, la cual se ha apoderado de la sociedad actual, en que se celebra y venera un tipo específico de belleza.

Es pertinente indicar que la aparición del culto al cuerpo en la era digital, como fenómeno postmoderno, incorpora la idea del perfeccionamiento del cuerpo a través del uso de aplicaciones tecnológicas para la transmutación de un cuerpo material “inapropiado” a un cuerpo virtual acorde con lo deseado. En todo esto se revelan los efectos sociales del ciber mundo en el tras-humanismo y el sujeto cibernético post-humanista como constructor de su cuerpo, así como los aportes de la tecnociencias en el cibercuerpo.

La vida moderna involucra diferentes aspectos inherentes al desarrollo de las actividades corporales que conducen a la admiración de los sujetos en torno al cuidado del cuerpo, lo cual es evidente en todos los espacios de nuestra cotidianidad. Las aplicaciones tecnológicas permiten la socialización de diversos hábitos asumidos por quienes han recorrido un mayor trayecto en diversas prácticas sobre su cuerpo y que constituyen, de algún modo, la oportunidad de un intercambio de experiencias por medio de la virtualidad.

Al referirse a la construcción de la identidad en el ciber mundo, Ursua (2008, p. 281) plantea que:

Internet se ha convertido en un laboratorio social muy significativo para experimentar con la construcción y reconstrucción del yo que caracteriza la vida postmoderna; Internet, a su vez, se ha transformado en poco tiempo en un medio para la expresión de la identidad personal y colectiva.

Este autor nos habla sobre el auge de la tecnociencia y cómo esta ha impactado las diversas dimensiones de los sujetos en la sociedad contemporánea, con gran énfasis en el plano social, en donde los sujetos conforman un colectivo que, haciendo uso de la tecnología, comparten el desarrollo de actividades físicas. Pero también se valen de

algunos recursos de liderazgo y autoestima con el propósito de estimular el componente psicoafectivo del colectivo de seguidores, puesto que, en el fenómeno del culto al cuerpo, el individuo debe realizar diversas prácticas de forma sistemática a fin de someter el cuerpo-propio y alcanzar la apariencia deseada a partir de volúmenes musculares y tonificaciones corporales. La apariencia lograda se constituye en el motor de alcance de gratificación al obtener los *like* y me gusta, luego de ser compartida en las redes sociales, para lo cual se hace imprescindible el uso de dispositivos electrónicos y aplicaciones inteligentes. El proceso implica, entre otras cosas, publicaciones de seguimiento acerca de la medición de algunos parámetros como la frecuencia y el nivel de intensidad en el esfuerzo físico agotado durante la práctica realizada.

En el intercambio existente en el ciber mundo, el sujeto postmoderno ha afianzado la cultura del consumo a través de las compras por internet, pues las tiendas virtuales hacen ofertas adecuadas a los diversos gustos, requerimientos y presupuestos, desde prendas de vestir y accesorios para acentuar algunos rasgos del cuerpo hasta los diferentes grupos de alimentos y suplementos nutricionales recomendados para el alcance de una salud ideal, todo orientado a alcanzar la forma perfecta.

Sobre la obligada necesidad de consumo, a fin de ser visible en la sociedad contemporánea y el sentir del eros, como manifestación de necesidad mediática, Han (2014, p. 30) plantea lo siguiente:

A su juicio, el sujeto moderno percibe cada vez más sus deseos y sentimientos de manera imaginaria a través de mercancías y de las imágenes de los medios. Su imaginación está determinada sobre todo por el mercado de los bienes de consumo y la cultura de las masas.

En lo anterior se pone de manifiesto la exposición del sujeto y su aceptación ante la cultura de consumo imperante en la actualidad, pues el mercado abierto por las redes telemáticas necesita promover una determinada imagen que cautive las masas, una fisionomía acertada para crear consumidores cautivos en el ciber mundo de todos los elementos necesarios para alcanzar dicho ideal. El sujeto imbuido en el fenómeno del culto al cuerpo se desgastará en la búsqueda de lograr la ansiada meta, el cuerpo idealizado más allá de su corporalidad.

Una de las estrategias más utilizadas en la actualidad para promover el cuerpo deseado, que torna a los sujetos en consumidores son las herramientas digitales. En sus reflexiones sobre la publicidad dirigida al incremento de consumo, Melo (2020, p.1) indica:

Las tareas del marketing o mercadotecnia han ido evolucionando de mano con la evolución de los modelos de producción y consumo, a consecuencia del perfeccionamiento de las técnicas creadas por el hombre para la satisfacción de sus necesidades en el amplio contexto del término.

En tal sentido, el ciber-marketing se ha constituido en un elemento potenciador de la dinámica de consumo de los diferentes bienes y servicios ofertados por el capitalismo de la vigilancia. En este nuevo orden capitalista, los comportamientos de consumo de los sujetos son interpretados como datos predictivos con los que se construyen los algoritmos asignados a los sujetos en la delimitación de su perfil de compras de bienes y servicios. De igual manera, estos datos son utilizados por las industrias y empresas para la mejora de sus productos y servicios. Todo esto constituye un conjunto de estrategias concertadas por el ciber-marketing. “Los

capitalistas vigilantes ya se han enriquecido inmensamente gracias a estas operaciones de intermediación y cada vez son más las empresas, en casi todos los sectores económicos, dispuestas a apostar con nuestros comportamientos a futuro” (Zuboff, 2020, p. 7).

Estas acciones, dirigidas desde el ciber mundo, llevan al individuo constituido como cbersujeto a desarrollar un sentimiento de apropiación y posicionamiento dentro del entorno que habita. Dichas acciones se realizan, casi siempre, al margen del aspecto ético que debe acompañar toda práctica ligada al quehacer cotidiano. Hecho que mueve a cierta preocupación pues la dimensión ética garantiza la incorporación de buenas prácticas en el desarrollo de los procesos inherentes al individuo y las sociedades.

En sus aportes sobre el desarrollo de la vida, Gazzaniga (2006, p. 134) expresa esta interesante reflexión:

Los seres humanos son máquinas de formación de creencias. Con rapidez y convicción nos formamos creencias que poco arraigan en nuestro ser. Pronto olvidamos su origen o su frecuente rareza, y las consideramos presencias que dan sentido y orientación a nuestra vida. Nos comprometemos con ellas y a ellas nos aferramos, aunque la información de que disponemos nos indique lo contrario. Al parecer eso es lo que hace el cerebro humano.

En efecto, se asumen hábitos a partir de creencias sin el debido conocimiento, conductas reforzadas, en algunos casos, por personas influyentes del medio social, deportivo y artístico, las cuales utilizan las redes sociales para proyectarse y

coleccionar reacciones de los sujetos virtuales. Es oportuno traer a colación la cita de Moreno (2021, p. 2):

Esta Era de la Comunicación y de la Información, de la globalización, es una era del tuit. Internet ha aparecido como un fenómeno capaz de redefinir radicalmente la realidad de la vida humana –y la naturaleza–, imprimiendo un nuevo sentido a los espacios o entornos en los que tienen lugar las prácticas sociales, tanto individuales como colectivas.

El uso y el impacto en la socialización de las plataformas de las redes sociales, como Instagram y Facebook –las cuales, hasta hace poco, eran herramientas utilizadas por los más jóvenes–, hoy forman parte del estilo de vida de algunos adultos mayores, han exacerbado esta fascinación por la apariencia, con filtros y visuales “photoshoperados” que tergiversan la verdad y establecen patrones de belleza imposibles.

En cuanto a las ideas sobre el papel del cuerpo en el nuevo realismo Ramírez (2017, pp. 59-60) destaca que varios jóvenes pensadores:

... han planteado de diversas maneras la necesidad de reafirmar en el pensamiento la primacía de lo real, de la existencia o del objeto, en contra de la primacía de la epistemología, del acto cognoscente y de las filosofías de la subjetividad, que han dominado, en general, toda la modernidad (bajo el paradigma kantiano). Este cuestionamiento se justifica particularmente frente a las desastrosas consecuencias del llamado «posmodernismo», es decir, la corriente de pensamiento y cultura que ha ocupado los espacios de la moda académica en las últimas décadas y que se ha caracterizado por la promoción de un relativismo a

ultranza que, en algunos casos, justifica posturas irracionalistas y hasta meramente nihilistas.

Lo planteado por Ramírez permite observar el desarrollo del culto al cuerpo en la vida moderna como un medio para alcanzar una imagen socialmente establecida, lo cual ha dado lugar a una cultura en la que se da prioridad a la imagen sobre los sentimientos, el carácter, la inteligencia y otras cualidades de gran importancia para el desenvolvimiento del sujeto en las diferentes esferas de la vida.

Una de las repercusiones de esta fijación por el físico en la vida contemporánea es, como hemos mencionado en los capítulos anteriores, el auge de los trastornos alimentarios, especialmente entre las generaciones menos longevas. La exigencia de adherirse al físico como modelo a seguir, ha llevado a un aumento de las dietas no adecuadas y los regímenes de ejercicios extenuantes, que pueden tener efectos perjudiciales para la salud física y mental.

Además, el énfasis en la apariencia ha provocado un clima de cosificación, conforme al cual se juzga a las personas por su atractivo físico, en lugar de ser valoradas por su manejo y trato hacia los demás, así como por características personales. Rasgos tan importantes en nuestros días como la empatía, deben ser aquilatados en todo momento, pues orientan al desarrollo de la capacidad y el nivel de sentido humano y de resiliencia del sujeto en cuestión.

Sobre los aportes de György Lukács acerca de la categoría de cosificación, Sierra (2007, p. 3) plantea la siguiente reflexión:

La conciencia cósmica o cosificada se presenta de dos modos. Por un lado, la reconstrucción que los sujetos hacen del mundo social la realizan como si se tratase de objetos independientes de sus acciones, como si estos no estuviesen ligados a los primeros sino como si tuviesen existencia propia.

Por otro lado, esta conciencia atribuye a los objetos sociales existencia independiente, no los puede concebir como inscritos en el devenir histórico social, sino que los supone provistos de esencialidades atemporales.

Esta objetivación de las personas ha generado una cultura de superficialidad, por la que se abandonan los vínculos significativos en favor de relaciones superficiales. La fijación por el físico en la vida moderna también ha conducido a una mercantilización del cuerpo, que se trata como un producto que se comercializa y vende. Las industrias de la belleza y el *fitness*, que mueven miles de millones de dólares, sacan provecho de las inseguridades de las personas que sienten que deben desarrollar y exhibir frente a los demás el tipo de cuerpo ideal.

Esta mercantilización del cuerpo ha dado lugar a una cultura del consumo, en la que se anima a las personas a comprar productos y servicios para ayudarles a conseguir el cuerpo perfecto. Dicha cultura sigue propagando el ciclo de objetivación y superficialidad, por el que la gente intenta alcanzar un estándar de belleza inalcanzable.

Un aspecto de gran importancia a considerar en la obsesión por la apariencia física es el placer mediático experimentado por los sujetos que viven la dinámica del culto al cuerpo y el profundo arraigo de esto en la cultura moderna. La promesa de un cuerpo más atractivo y una vida más plena ha llevado, con el uso de las nuevas tecnologías, a la proliferación de tratamientos de belleza, cirugías estéticas y regímenes de *fitness*. Por desgracia, esta búsqueda de aceptación a través de la apariencia física resulta ser errónea y equivocada, ya que no involucra cuestiones más profundas de autoestima, confianza y autoaceptación en el sujeto.

Los medios de comunicación, los “influencer” de las redes sociales y los estilos de vida asumidos por los famosos y famosas han contribuido en gran manera al establecimiento del culto al cuerpo y al placer, mediático y fugaz, puesto que al promover un ideal de belleza poco realista, crean una inmensa presión en las personas para ajustarse a un determinado tipo de cuerpo, ya que lo que se percibe fuera de parámetros, conduce al rechazo corporal y favorece los trastornos alimentarios y conductuales. Toda esta hiperactividad encaminada al logro de la apariencia, resta importancia al aspecto contemplativo que debe estar presente en el desarrollo de toda actividad humana. En ese sentido, resulta interesante la reflexión de F. Nietzsche, citado por Han (2012, p. 39):

Por falta de sosiego, nuestra civilización desemboca en una nueva barbarie. En ninguna época se han cotizado más los activos, es decir, los desasosegados. Cuéntase, por tanto, entre las correcciones necesarias que deben hacerse al carácter de la humanidad el fortalecimiento en amplia medida del elemento contemplativo.

El devenir humano se ha caracterizado por la falta de consciencia y, por ende, de contemplación, lo cual se ha constituido en un entramado que autolesiona al sujeto actual. Este ciclo tóxico perpetúa la insatisfacción, el descontento y la infelicidad, en lugar de fomentar la armonía con el cuerpo-propio. En última instancia, el culto al cuerpo y al placer es un reflejo de un problema mayor del individuo y de la sociedad, que es la obsesión por la apariencia, favoreciendo en el sujeto post-moderno una sensación de vacío existencial, pues somos más que la apariencia.

En efecto, la inmediatez y lo secular de la vida contemporánea ha secuestrado la identidad del sujeto. En sus escritos sobre *Una edad secularizada*, Taylor (2007, p. 22) plantea algunos aspectos que desvelan la subjetividad de lo mediático:

Nos embarga “una sensación de malestar, de vacuidad, un ansia de sentido”; la vida cotidiana nos provoca una terrible sensación de monotonía, imbuida como está de la futilidad de lo ordinario, cuando lo cierto es que sólo “mediante una recuperación de la trascendencia” podemos colmar esa necesidad de significado.

Las palabras de Taylor reflejan una realidad que amenaza el desarrollo integral del individuo, la obsesión por la apariencia. La sociedad contemporánea ha favorecido la construcción de un sujeto apático, que vive de apariencia, socialmente aislado, con niveles de interacción, en la mayoría de los casos, mediados por la tecnología. Así, la vida se lleva como una carrera contra el tiempo desprovista de sentido, significado, donde lo cotidiano se convierte en “algo simplemente ordinario”.

Por ello es necesario reconocer la importancia del cuidado de la salud de forma consciente, como parte de nuestra responsabilidad con el autocuidado y el bienestar; y la belleza física no debe ser el único indicador de éxito y alegría. El verdadero placer y la satisfacción proceden del interior, del respeto y el amor a uno mismo, así como de una relación sana con el propio cuerpo. Esto es, un equilibrio armónico con el ser y el tener, a partir de la adopción de un enfoque más holístico y genuino de la vida.

6.2. El culto al cuerpo en lo digital

En la época contemporánea, la obsesión por la apariencia física y percepción que los demás tienen sobre el cuerpo-propio, se ha convertido en una poderosa fuerza cultural. Al respecto Arendt (2018, p. 269) nos advierte lo siguiente:

La cuestión es que una sociedad de consumo posiblemente no puede saber cómo hacerse cargo de un mundo y de las cosas que pertenecen de modo exclusivo al espacio de las apariencias mundanas, porque su actitud central hacia todos los objetos, la actitud del consumo lleva a la ruina todo lo que toca.

Este fenómeno de consumo desenfrenado, aunado al denominado culto al cuerpo –centrado excesivamente en alcanzar un determinado tipo de estándar de belleza ayudado por las nuevas tecnologías–, involucra la adquisición secular de diversos productos ofertados por la industria farmacéutica, quirúrgica y deportiva. El auge del culto al cuerpo está relacionado con la era materialista, en la que la imagen se ha convertido en un factor imperativo de aceptación social y éxito. Asimismo, en el desarrollo de la cotidianidad mediada por la tecnología existe una distorsión de la realidad, por lo que el sujeto se apropia de las diversas cuestiones disponibles y, a la vez, es apropiado por dicha dinámica manteniéndose en un velo que lo hace ver y sentir lo más cercano a su idealización. De modo que incurre también en el autoengaño: “El engaño, o el alejamiento intencionado de la verdad, ha dado lugar a diversas investigaciones neurocientíficas recientes” (Gazzaniga, 2005, p. 117).

Como resultado, muchos individuos hacen todo lo posible por alcanzar un tipo de cuerpo específico. Desde el gimnasio hasta la industria dietética y quirúrgica, el culto al cuerpo ha tenido un gran efecto en la forma en que vemos la belleza y la

autoimagen. El desarrollo del culto al cuerpo es consecuencia de la atención que la sociedad presta a la apariencia física. La cultura actual promueve una determinada definición de belleza, que incluye un físico esbelto y tonificado. Este ideal se refuerza constantemente a través de diversos medios, desde las redes sociales hasta los anuncios publicitarios. El auge del culto al cuerpo es una manifestación de los valores y normas culturales de nuestra sociedad. En sus reflexiones, Merejo (2021. p. 2) describe el impacto del ciber mundo en que todo esto se produce:

El ciber mundo edificado en lo digital, en redes virtuales y en una antropología del espacio cibernético, denominado como ciberespacio, ha modificado la complejidad ontológica del mundo en cuanto a su antropología del espacio físico y sus redes sociales, culturales, históricas, políticas, económicas y tecnológicas, que lo han caracterizado desde la aparición del hombre en el planeta Tierra.

La aparición del culto al cuerpo ha dado lugar a un nuevo estilo de vida que gira en torno a la forma física, que incorpora la mediación del ciberespacio. El gimnasio se ha convertido en un punto de encuentro popular para muchos individuos. Esta cultura tiene su propio conjunto de ideales y valores, en los que priman la salud y la forma física. Y ha creado un sentimiento de camaradería entre los aficionados al *fitness*, que les permite compartir su entusiasmo mutuo por el culto al cuerpo. A su vez, este sentido de comunidad ha sido un factor importante en el crecimiento del culto al cuerpo, convirtiéndolo en un fenómeno cultural dominante en el mundo actual.

En las dimensiones económicas y sociales de la población en el ciber mundo se caracteriza por el aporte de una tecnología que incrementa la velocidad y la amplitud de la divulgación de la información. La sistematización de los cambios constantes del

sistema en el que vivimos establece que la sostenibilidad de la evolución en la transferencia de la información se basa en la diversificación de la misma. De acuerdo con lo planteado por Villarroel (2020, p. 42) sobre el proceso de configuración del cuerpo:

Los cambios tecnológicos que se han producido en las últimas décadas, han sido vertiginosos en velocidad y calidad, han generado una serie de cambios socio-culturales, impensables en otras épocas, que impactan directamente en cómo las personas perciben su cuerpo, su identidad, su realidad y sus posibilidades.

Una aproximación desde el abordaje fenomenológico Merleau-pontyano a la condición corpórea del sujeto posmoderno, donde se presentan nuevas formas de consumo en el devenir de la existencia social y su conexión con la era digital, permite conocer las dimensiones actuales que caracterizan la cultura digital, que extiende la divulgación de la información a nivel planetario, y que se expresa en la globalización como fenómeno emergente a través del uso de las redes telemáticas de comunicación.

Tales aspectos suponen una situación emergente en la llamada transformación de las sociedades, de los medios de masas, que requiere el repensar de la filosofía de la cultura en general y las teorías críticas de producción a nivel industrial. “El marco de la actual cultura digital, configurado por la extensión a escala planetaria, vía globalización, de las redes telemáticas de comunicación, supone una situación nueva, una transformación de las sociedades” (Muñoz, 2007, p. 189).

En estos tiempos cibernéticos y transidos (Merejo, 2023), el consumismo acelerado, el pensar que vivir por y para lo virtual y las redes sociales es vivir la vida, al margen de lo real, así como también el reducir la vida a un materialismo consumista, producto

de la modernidad, ha convertido la estética física en una preocupación importante. En este sentido, Fanjul *et al.* (2019, p. 64) plantean que:

La materialidad somática ocupa un lugar central en el proceso de mediación de la experiencia humana, convirtiéndose en un medio y un valor tan fuerte que se ha transformado en sujeto de culto, en un bien de uso y consumo sobre el que recaen expresiones simbólicas y figurativas de la perfección y la felicidad.

Por lo que los sujetos, sobre todo los más jóvenes, sienten la necesidad de alcanzar una forma corporal idealizada para obtener reconocimiento, éxito y felicidad. La atención a la apariencia física se ha vuelto tan esencial que se ha infiltrado en todos los ámbitos de la vida, incluyendo en lo laboral. Para lograrlo, se hace uso de diversos recursos digitales, herramientas y aplicaciones en el móvil y dispositivos inteligentes, como relojes para el monitoreo de la presión arterial, frecuencia cardíaca, la cantidad de pasos caminados al día, así como el consumo de calorías por concepto de ingesta de alimentos y gasto calórico.

Por otro lado, con la llegada de las redes sociales y la tecnología digital, se facilita el comparar el propio cuerpo con el de los demás, lo que provoca sentimientos de inadecuación y descontento. De modo que la virtualidad aporta un sinnúmero de herramientas y unas estrategias: en primer lugar, permite ocultar o distorsionar la realidad por medio del uso de filtros y retoques digitalizados; y, en segundo lugar, aporta los medios para asumir un determinado reto en cuanto a la modificación de la imagen corporal, compartiendo el contenido con los seguidores, quienes han de responder con el incremento de las visualizaciones, los comentarios y compartiendo los contenidos, lo cual compensa o gratifica al sujeto emisor. “El cuerpo deja de ser un

mapa espacial estable de funciones normalizadas para convertirse en un campo enormemente móvil de diferencias estratégicas” (Haraway, citada por Ríos, s.f., p. 25).

Haraway realza la transformación a que se ha sometido el cuerpo en los últimos tiempos en cuanto a su posicionamiento estable, esto es, desde el plano físico a lo virtual. Pues con la aplicación de las nuevas tecnologías de las comunicaciones y las biotecnologías para el mejoramiento de las funciones biológicas, el sujeto postmoderno ha experimentado avances importantes en el cuidado y las técnicas de apropiación de autocuidado. Lo cierto es que, dentro de una sociedad que demanda cada vez más un rendimiento sustancial en las diferentes dimensiones de los sujetos, las tecnociencias aportan herramientas decisivas para darle nuevas utilidades a nuestros cuerpos.

Estas ideas en torno al papel de lo virtual en los procesos cotidianos de las sociedades como sistemas dinámicos complejos, coexisten en aquellos sujetos que libran una lucha constante sobre las posibles amenazas del bienestar del cuerpo. Dichas amenazas vienen de algún modo a ser parte del ciclo natural de la vida, como el proceso de envejecimiento, del cual el sujeto actual rehúye.

Esto a su vez permite el surgimiento de nuevas enfermedades ligadas al estado emocional, como la depresión. Existe un desgaste extenuante que compite con la satisfacción que debe surgir al cuidar el cuerpo conscientemente, lo cual, en la mayoría de los casos, no corresponde, pues, por desconocimiento, el sujeto agota acciones en el culto al cuerpo que desencadenan patologías orgánicas posteriormente.

6.3. El sujeto cibernético como constructor de su cuerpo

Para muchos, el auge de los avances tecnológicos aplicados al cuerpo devela un panorama alentador de oportunidades de mejora en la salud de los sujetos, en la medida en que incorpora diversas herramientas en busca de una vitalidad y longevidad deseada, lo cual se traduce en una apariencia corporal acorde a los estándares de belleza socialmente establecidos. “La actual revolución tecnológica podría llevar a nuestra economía, nuestra sociedad y nuestra vida diaria a cambios de una magnitud incluso mayor que la revolución neolítica o la primera revolución industrial, y a una velocidad muy superior” (González, 2017, p. 17)

Esto, articulado a la actual revolución de los datos que impulsan el establecimiento de un amplio hábitat cultural que lleva a enmarcar los problemas de la vida en términos de disponibilidad y las permutaciones que estos permiten. Este mismo desarrollo está vinculado a la tendencia a entender el proceso de generación de conocimiento, fundamentalmente, como operaciones de computación de grandes volúmenes de datos.

En una perspectiva histórica más amplia, estas tendencias indican una transición cultural de mayor dimensión que da fe de la creciente importancia que los modelos cognitivos formales, basados en datos, están adquiriendo como medio de conocer y experimentar el mundo.

Esto crea un manto de incertidumbre que involucra aspectos geo-políticos, económicos y sociales, por lo que surge la necesidad de plantear algunos factores de riesgo en la utilización de estas nuevas herramientas y las posibles amenazas para la salud y la autonomía de los sujetos. La historia muestra que la primera revolución industrial se caracterizó por la invención de máquinas de vapor, que sustituyeron la fuerza bruta del hombre y los animales de carga, y aportaron grandes avances a la

industria de los alimentos, entre otras; mientras que la presente transición de época está basada en lo virtual, que busca alcanzar resultados que trascienden la capacidad humana.

La idea de autopercepción sobre el cuerpo propio y el cuerpo-otro, se estructuran a partir de sistemas de identidad, valores y pertinencia, lo cual está condicionado por el papel que juega el contexto social en cuanto a la aceptación o rechazo de las dimensiones corporales. En palabras de Fast (2005, p. 77), sobre el lenguaje del cuerpo y cómo este se constituye en un medio de intercambio entre el sujeto y el entorno:

El hombre corriente que comprende el lenguaje corporal y lo emplea, posee el dominio de esas posturas, aunque puede no ser consciente de ello, y puede relacionarlas con los estados emocionales de la gente que conoce. De este modo estará siempre un paso adelante de los demás al tratar con la gente. Este arte puede ser enseñado puesto que es función de una cuidadosa observación, pero sólo puede ser aprendido si se es consciente de que existe.

Esta reflexión, de algún modo permite comprender la importancia del lenguaje corporal transmitido por medio de la postura. Dicho de otra manera, las emociones experimentadas por los sujetos se transmiten al entorno a partir de la forma consciente o no, como nos proyectamos al mundo. Hoy en día, esta característica particular, la cual se constituye como un fenómeno cultural, se articula a partir de los discursos presentes en la presencialidad del cuerpo, aportados por el consolidado de las relaciones existentes entre lo social, lo político y lo económico, que ha favorecido la incorporación de transformaciones paulatinas en la construcción del cuerpo.

Las tecnologías emergentes en las últimas décadas han permitido un giro en los modelos de socialización de los sujetos. “Tanto los episodios de globalización como los de fuerte aceleración tecnológica han sido recurrentes a lo largo de la historia de la humanidad” (González, 2017, p. 15). En este tenor, la globalización de las nuevas interacciones humanas ha introducido algunos elementos que plantean modos diferentes en la construcción de la cotidianidad, dichos elementos permiten una mejora en el alcance de la comunicación y la transferencia de conocimiento. Empero, en contradicción con lo planteado, sirven también como instrumentos desestabilizadores de las relaciones personales de primera línea (o cara a cara), y de igual modo aportan medios para la ciber-delincuencia y el terrorismo cibernético.

En la época contemporánea, favorecida por las nuevas tecnologías que se han globalizado, se ha puesto de manifiesto, entre otras cosas, el desarrollo del sujeto cibernético. Este sujeto cibernético se ha erigido como constructor de su propio cuerpo, por ejemplo, mediante el uso de aplicaciones que permiten las modificaciones de su imagen o apariencia corpórea, mediante retoques fotográficos en las redes y mediante aplicaciones tecnológicas (médico-quirúrgicas) en la realidad. Lo segundo es lo que comúnmente se conoce como “filtro” en las redes sociales, cuyo uso se ha popularizado en todos los grupos etarios.

El uso de las redes sociales, como medio de presencia en el ciber mundo, constituye una de las herramientas de interacción en el ciberespacio. Existen diversas acciones que convergen a partir de la globalización en el ciber mundo, dentro de las cuales podemos citar el incremento en el uso de los dispositivos tecnológicos y de comunicación en los diferentes espacios geográficos, con lo que se favorece el intercambio de carácter global de lo virtual que permite la interacción y difusión de la imagen obtenida en el fenómeno del culto al cuerpo. “Hay una relación compleja e

histórica entre el mundo y lo global. El concepto mundo se utilizó en nuestra lengua a partir del siglo XII y se refería al sitio habitado por seres humanos” (Merejo, 2017, p. 178). Sin embargo, el mundo contemporáneo va más allá de la geografía habitada y se extiende al terreno de lo virtual. En estos espacios virtuales podemos observar el intercambio de imágenes de las diversas prácticas relacionadas con el fenómeno del culto al cuerpo, tales como, los alimentos consumidos, las fotos y los videos de entrenamientos practicando actividades deportivas o mostrando un determinado atuendo.

Una de las cuestiones que ha permitido la construcción del sujeto corpóreo en el ciberespacio, es la normalización del uso de las tecnologías en la vida cotidiana. La inteligencia artificial está presente en la gran mayoría de los equipos computacionales que utilizamos de forma regular, que va desde la planeación de la agenda electrónica, los semáforos inteligentes, hasta la selección de un producto nutricional recomendado para nosotros a partir de búsquedas en el internet. Esto es posible gracias a la incorporación de los algoritmos, que representan un conjunto sistemático de codificaciones que orientan el modo en que el sujeto cibernético se comporta en el ciber mundo. “En inteligencia artificial (IA) hablamos de algoritmos, pero también de métodos y sistemas que facilitan el descubrimiento científico, que sirven para resolver problemas, para establecer inferencias entre conocimientos, para hacer búsquedas en espacios enormes de información” (Maojo, 2022, p. 89).

Es así como, de acuerdo con los datos basados en nuestro perfil y en el contenido de lo que frecuentamos al navegar en la virtualidad, la IA, mediante sus algoritmos, nos conduce a ser ciberconsumidores.

El conocimiento de nuestras preferencias e intereses permite usar los algoritmos para ofrecernos las recomendaciones que se traducen en ofrecernos productos o resultados acordes a nuestras apetencias. Este bombardeo constante de opciones que buscan y prometen mejorar la apariencia corporal es un estímulo positivo al fenómeno del culto al cuerpo en tanto que el sujeto sometido a formas implícitas o explícitas de publicidad virtual corre el riesgo de convertirse en un consumidor imprudente de productos y servicios que alimentan cada vez más un estado de insatisfacción subyacente hacia el propio cuerpo.

Una de las características principales que exhibe la sociedad actual es que estamos inmersos en la época del consumismo. Adquirimos productos y servicios de manera automática, impulsiva e inconsciente por medio del comercio electrónico. La inmediatez es el estado natural de lo cotidiano, que genera niveles de satisfacción momentánea “la inmediatez es la palabra del momento, cuando usamos WhatsApp para mandar un mensaje y no nos contestan enseguida, nos provoca ansiedad. Los paquetes de Amazon los esperamos al día siguiente, como muy tarde” (Salazar y Benjamins, 2022, p. 29).

Esta rapidez de las cosas, sumergida en nuestro diario vivir es una de las principales características de la sociedad actual, en que el sujeto, como poseedor de sus acciones, lo es también de su cuerpo, ese espacio encarnado que lo contiene y a través del cual se sitúa en el ciber mundo, agotando toda una serie de dinámicas mediadas, en su inmensa mayoría, por lo virtual, para alcanzar un ideal imaginario de belleza en la era del ciberespacio.

Al tenor de estos planteamientos, se impone la reflexión en torno al hecho de que este ritmo acelerado de vida, que ha sido potencializado por el avance de la

revolución de la inteligencia artificial, establecerá un punto de no retorno en la evolución de la humanidad. Las tecnologías de dominio público no solo permiten la conectividad de forma global, sino que favorecen la construcción de un mundo imaginario que involucra grandes esfuerzos por parte de los sujetos, con la finalidad de ser parte de la tendencia contemporánea de vida. “Se establece un contexto conductual completamente diferente en el que los estímulos corrientes de la percepción y la comprensión de la vida están experimentando una transformación radical”, según Kallinikos (2017, p. 52), siendo el cuerpo-propio un constante motivo de búsqueda de la perfección a través del uso de la tecnología , y se agota todo tipo de estrategias para ser visible en un mundo donde la visibilidad imperante es la que se manifiesta a través de una pantalla, lo que a su vez permite el establecimiento de una nueva forma de poder desde el cuerpo que somete hacia el cuerpo sometido.

En torno a las ideas sobre el sujeto cibernético como constructor de su cuerpo y los aspectos planteados por la Inteligencia Artificial (IA) para la prolongación de la vida y la apariencia en el mundo, debemos cuestionar lo que se pretende alcanzar. “La nueva libertad del capital descuida las necesidades de las poblaciones, actúa sin ninguna atadura ética y se desborda por el camino de la acumulación acelerada” (Salazar, 2002, p. 238). En torno a estos argumentos, surge la reflexión desde la dimensión ética: ¿cuáles son las fronteras establecidas por el propio sujeto como constructor de la propia tecnología en cuanto hacia dónde se quiere llegar y qué esperar del uso de la misma?

6.4. Valoración identitaria del cuerpo en el ciber mundo

El desarrollo de las sociedades ha estado condicionado por el avance de las ciencias, el uso de las tecnologías y las técnicas. Lo cual ha permitido el avance en la mejora de la salud y la apariencia corpórea. Las diferentes aplicaciones tecnológicas sobre el cuerpo han permitido el desarrollo de técnicas en la búsqueda de responder a las necesidades sobre el posicionamiento identitario del ser en el mundo, en concordancia con el ideal de belleza pensado y establecido en las diferentes sociedades. Parra (2004, p. 22) da cuenta sobre algunos aspectos y significados de la construcción del cuerpo:

El cuerpo adquiere múltiples posibilidades de ser y manifestarse, imitarse, semejarse, se encuentra en constante construcción y cambio, se libera de presiones y limitaciones religiosas y se recrea en la posibilidad de una autonomía estética, transformándose en un instrumento discursivo. El cuerpo es sujeto de la estética, sus gestos, sus posturas, constituyen un dominio estético que le es ajeno al organismo: el cuerpo significa.

En efecto, en torno a la constante construcción y modificaciones del cuerpo, el sujeto persigue continuamente la reafirmación de lo socialmente impuesto a fin de establecer un discurso.

Se sabe que en el devenir planetario se desarrollaron los sujetos en los diferentes contextos, a partir de la presencia de un sin número de vidas unicelulares. Que luego se estructuraron como organismos multicelulares y que, posteriormente, se conformaron en cuerpos estéticamente constituidos. En cualquier caso, dichos cuerpos permitieron la representación simbólica de la belleza en el sujeto como ser ontológico, pasando así nuestros ancestros por diversos saltos evolutivos, dentro de los que cabe

mencionar el desarrollo de la cognición. Es así como la carne empoderada de razonamiento convertiría al sujeto en un ente pensante, portador de subjetividades que inclinaban la mirada hacia la búsqueda y adquisición de nuevos conocimientos, que permitieron identificar, por una parte, la dualidad constituida entre la anexión de la imagen corporal –auto-observada y, a la vez, admirada o descalificada por el contexto– y, por otra parte, la autovaloración de lo existente a lo interno del individuo, lo cual en gran número de ocasiones, sufre una transformación o distorsión en la manera en que se presenta a los demás.

Desde el punto de vista antropológico, Martínez Ojeda (2006, p. 4) plantea la vinculación del sujeto emergente y el contexto a través de lo virtual:

En esas fragmentaciones, producto del impacto de la tecnología de las comunicaciones en la vida social, es donde se empiezan a articular los nuevos sujetos y grupos, y esto implica la necesidad de repensar y esto implica analizar la constitución de las identidades de estos nuevos contextos.

Esta visión antropológica, aporta elementos que constituyen importantes puntos de reflexión en la dimensión psico-social contemporánea relacionada con la subjetividad identitaria de los sujetos en los ámbitos de la globalización y la mundialización cultural del sujeto cibernético, esto hace referencia a las llamadas identidades emergentes, las cuales surgen a partir de un cambio espacio-temporal brusco en la dinámica de vida de las sociedades a causa de la incorporación del fenómeno tecnológico.

Los beneficios que arroja la IA sobre el bienestar y la apariencia física permiten centrarnos en la idea del perfeccionamiento del cuerpo a través del uso de las biotecnologías y su impacto en la sociedad. La valoración identitaria del cuerpo en el ciber mundo implica el desarrollo de avances importantes en las ciencias de la salud y de cómo estas responden a la demanda del sujeto en cuanto a la necesidad y el deseo. Dichas acciones, enfocadas en el alcance propuesto, dejan de lado en determinadas ocasiones aspectos inherentes a la dignidad humana, pues el sujeto, desprovisto de una identidad que ha sido sustituida por las exigencias estéticas del contexto, pone en marcha una serie de procedimientos mediados por la biotecnología, que desvirtúan el cuerpo-propio. De ahí que nos encontremos mujeres y hombres con rasgos prominentes en algunas estructuras anatómicas manipulados estéticamente, que no se corresponden con la edad o etapa de vida del sujeto.

Por otro lado, estos avances recientes en tecnología indican que es posible el incremento de mejorar en la capacidad cognitiva, el estado de salud y bienestar físico, lo cual puede favorecer al desarrollo de mejores habilidades personales e interacciones sociales. Esto permite reflexionar sobre la siguiente cuestión: ¿somos lo que realmente somos o lo que la técnica nos permite ser?

6.4.1. Cyborg manifiesto: sobre las modificaciones corporales

Las características del post-humanismo pueden surgir a partir de la valoración social en la vida del sujeto, su evolución, así como el futuro en la actual sociedad tecnocientífica, donde se establecen cada vez más los procedimientos clónicos, biónicos o digitales y cuerpos perfeccionados. Los nuevos avances médicos mediados por la tecnología pueden restaurar la salud o buscar el perfeccionamiento (*enhancement*) estético del cuerpo, el cual puede no ser por motivo terapéutico, sino

de la llamada “salud positiva”. En este concepto convergen, además, otras ciencias como la sociología, la política y la economía, entre otras, e implica una serie de aspectos que incorporan los avances de lo virtual a fin de incrementar el bienestar físico integral de los sujetos y, a su vez, la noción de calidad de vida.

Para Juárez (2011, p. 73), la salud positiva comprende el bienestar integral del individuo:

Este modelo proporciona un enfoque esperanzador en la intervención en salud, si bien se echa de menos su articulación con la enfermedad, es decir de qué manera la salud impacta en la enfermedad y plantea que algunas capacidades pueden ser innatas.

De modo que, este modelo incorpora el bienestar mental y psico-afectivo de los sujetos, a través de la psicología positiva, la cual se apoya en la tradición humanista, pero acentuando la perspectiva positiva.

En las diversas acciones que incorporan la tecnología para el mejoramiento del cuerpo, cabe destacar la existencia del cibernético o cyborg –acrónimo proveniente de las palabras en inglés: *cyber* (cibernético) y *organism* (organismo), esto es, organismo cibernético—. Podemos pensar en este como la unión entre lo somático y lo cibernético; es decir, se trata de estructuras biológicas que incorporan la tecnología para incrementar la capacidad de los sentidos, las formas anatómicas y su interacción con el mundo. “Un cyborg es una persona que utiliza la tecnología para ampliar o mejorar sus capacidades, sentidos y formas de relacionarse con el mundo” (Jarquín, según aparece en Jabbour, 2022, p. 1). Sin embargo, esta concepción, aunque establecida de forma general, no es un concepto definitivo.

Con respecto a los cyborgs, existen algunos que tienen dispositivos electrónicos como parte de su imagen corporal, mientras que otros utilizan sensores colocados dentro de su cuerpo y no son apreciados a simple vista. “En la modificación del cuerpo humano pueden considerarse: Los cyborgs, mediante la inserción de prótesis o dispositivos dentro del organismo: lentes intraoculares, implantes cocleares, cambio de articulaciones, entre otros” (Escobar, 2008, p. 106). Estos se integran a la cotidianidad para la cual fueron creados, y logran mejoras importantes en el ejercicio de sus funciones.

El avance de las nuevas tecnologías aplicadas al cuerpo, dan cuenta de sucesos importantes, como es el caso de Neil Harbisson, primera persona reconocida como cyborg en el mundo, quien al referirse a su cuerpo, afirma que: “Yo no uso la tecnología, sino que soy tecnología”. Harbisson, nacido en el 1982, fue diagnosticado con una deficiencia visual llamada daltonismo. En el 2004, le fue instalada una antena electrónica en la parte inferior de su cráneo, cuyo propósito era convertir las frecuencias de la luz en vibraciones que su cerebro interpreta como sonidos, permitiéndole interpretarlas y asignarle un color, esto es algo así como “escuchar el color”, es considerado como el primer cyborg legalmente reconocido y primer artista cyborg del mundo.

El desarrollo de estas implementaciones corresponde a la cibermedicina, establecida en el ciber mundo como la incorporación del quehacer médico utilizando la tecnología para la mejora de las condiciones de los sujetos, lo que va aunado a una imagen corporal emulada por el ciber-sujeto. Escobar (2008, p. 106) sobre los avances aportados desde el ciberespacio a la práctica médica, refiere lo siguiente:

La cibermedicina (computación clínica) permite que el personal de salud autorizada tenga acceso a la red, por medio de una terminal o del

computador personal, para obtener información acerca de los resultados de estudios diagnósticos, apoyar la práctica cotidiana de la medicina, ayudar a tomar decisiones y brindar otros aportes a la práctica médica.

Los avances planteados por Escobar, involucran todo un conjunto de revoluciones en los sistemas de salud que, si bien es cierto que representan un hito trascendental en la historia de la medicina, dejan al desnudo las brechas sociales y económicas imperantes en las diferentes sociedades, pues, mientras grandes superpotencias como China y Estados Unidos desarrollan a gran escala importantes avances en la IA, en el otro extremo, impera la existencia de sectores marginados cuya población se ve amenazada por la falta de agua potable, alimentos inocuos y vacunas, incrementando así la morbimortalidad, especialmente en los grupos vulnerables del sistema de salud, correspondientes a las etapas de inicio y final de la vida.

Por otro lado, la estela de oportunidades planteadas por el uso y automatización de la IA en los servicios de salud, también orientan al despido o desempleo del personal de salud sustituido por las máquinas humanizadas, lo cual trasciende los demás espacios laborales. De acuerdo a Lee (2018, p. 230), una de las implicaciones negativas de la IA es el hecho de la crisis de sentido en adelante, por ser y sentirse laboral y económicamente excluido:

Observarán como los algoritmos y los robots superarán su rendimiento con facilidad en las tareas y habilidades que a ellos les ha llevado toda una vida dominar; y eso conducirá a una sensación de inutilidad aplastante, una sensación de haberse vuelto obsoletos en la misma piel.

En torno a lo planteado por Lee, se impone la reflexión acerca de la crisis identitaria, no solo del personal de salud, en el caso de la cibermedicina, sino de

todas las áreas del saber, pues la revolución de la IA en el ciber mundo se impone a pasos agigantados, y la ocupación laboral no solo representa un medio de retribución económica y supervivencia, sino que se establece como una fuente de gratificación personal, identitaria y de sentido de la vida. Dicho de otra manera, el rol ejercido por la ocupación laboral es parte esencial del bienestar integral del sujeto, pues, proporciona un sentido de utilidad y pertenencia a una clase social y laboral. “Un sueldo fijo se ha convertido en una forma no solo de recompensar el trabajo sino también de mostrar a la gente que uno es un miembro valioso de la sociedad, un contribuyente a un proyecto común” (Lee, 2018, p. 229).

Es a partir de esta valoración que el ser humano debe apropiarse de herramientas de adecuación en la era de la IA, que deben ser generadas a la par de la imponente extensión de la misma en el ciberespacio, pues el sujeto contemporáneo tiene la doble atribución de trascender, en primer lugar, por medio de las representaciones simbólicas, que implican el cuidado del cuerpo propio (esto es, el seguimiento de un estilo de vida saludable); y, en segundo lugar, la presencia en el mundo por medio del uso de la cibermedicina, la cual aporta las oportunidades y retos para la atención de la salud mediada por la tecnología (la nanotecnología, la medicina robótica y las prótesis inteligentes), que tiene como propósito disminuir el sufrimiento o desgracia humana.

En definitiva, las modificaciones corporales desarrolladas por la cibermedicina, así como por la biotecnología, el internet de las cosas y de los sistemas informáticos aplicados a la salud, han impactado en las representaciones culturales del cuerpo, pues lo que se pensaba como una utopía, hoy es una realidad, gracias al alcance de la cibermedicina y la revolución de la IA. Al respecto, Galparsoro (2019, p. xi, nota 1) plantea lo siguiente:

En el ciber mundo actual, donde existe la creencia de que puede darse una simbiosis entre lo humano y lo digital, entre el hombre y la máquina (pothumanismo, pues señala esa hibridación, el cibernético), la obsesión por la apariencia física se ha convertido en un problema generalizado, llegando incluso a una postura muy radical para obtener un cuerpo humano mejorado tecnológicamente y que ahora denominamos, como ya se ha señalado, transhumanismo, postura muy radical en la medida en que señala que hay que ir más allá del cuerpo.

El abordaje de estos aportes en el ciber mundo, da lugar a la reflexión sobre el alcance de aspectos puntuales de la cibermedicina y su impacto en la subjetividad humana: ¿qué se debe esperar?, ¿cuál será el punto de no retorno entre lo biológico y lo tecnológico? Emerge la necesidad de una mirada a las diversas posibilidades que se asoman, realidades ya inminentes a partir del uso de la biotecnología y la biomedicina.

6.5. Cuerpo y estética: reafirmación del ideal de belleza

La historia de las distintas sociedades da cuenta de la importancia que ha ocupado el cuerpo y el establecimiento de una imagen idealizada como parámetro de belleza. Lo cual se construye de acuerdo con los lineamientos antropológicos y contextuales de la población en cuestión. Pues cada conglomerado social está marcado por un aporte de características étnicas y realidades culturales que impactan directamente el modelo estético. “El cuerpo humano es una construcción social cuyos comportamientos adquieren significación en el ámbito de un determinado contexto cultural” (Pera, 2006, p. 197).

Una de las principales inquietudes del sujeto ha sido el hecho de poseer una imagen corporal que coincida con los patrones de belleza impuestos por el entorno al

que pertenece. El recuento histórico de la belleza permite ver cómo se ha transformado el cuerpo, obedeciendo a las necesidades de cada época. Pues es de notar la imponente obsesión asignada al cuerpo en la antigua Grecia, que era valorada a partir de la armonía y proporción entre las partes, de ahí que las esculturas heredadas de aquella época denotan el esmero por la perfección de las partes anatómicas.

Pero la belleza no es algo absoluto. “La subjetivación del ser, la presuposición de un yacente-debajo es, por consiguiente, inseparable de la predicación lingüística, es parte de la estructura misma del lenguaje y del mundo que este articula e interpreta” (Agamben, 2017, p. 223). Esta idea de subjetividad permite una categorización en el discurso en torno al ideal de belleza, que impone el sometimiento del cuerpo a regímenes que, en muchas ocasiones involucran padecimientos dolorosos y riesgos para el propio bienestar físico, como algunos procedimientos quirúrgicos estéticos, así como el seguimiento de dietas no equilibradas en que predomina un déficit importante de algunos macros y micronutrientes.

En adición a esto, existe el hecho de una gran confrontación en el establecimiento de dichos patrones, pues, a pesar de los esfuerzos agotados, predomina, en la mayoría de las ocasiones, una insatisfacción que sumerge al sujeto en una búsqueda continua de resultados que agraden a la mirada del otro. Torres (2017, p. 192), al referirse a las categorizaciones y los estereotipos idealizados, indica lo siguiente:

La belleza de por sí ya es una categoría que reúne requisitos arbitrarios que cambian a lo largo del tiempo y presentan distintas características en diferentes entornos culturales. Sin embargo, esta puede ser considerada en un sentido amplio, o reducida a un duro estereotipo, que generalmente

constituye un ideal difícil de alcanzar, lo que es una profunda fuente de malestar para el colectivo femenino.

Sobre la base de esta reflexión podemos comprender que la insatisfacción en torno a la imagen corporal es origen de diversos trastornos del estado de ánimo, con predominio en la mujer. Dichas experiencias han quedado plasmadas en los diferentes aportes de la historia de la belleza, según la cual la imagen femenina constituye un constructo común al que se le han asignado distintas representaciones y roles en la continuidad de la humanidad, como es el caso de la maternidad, etapa en que ocurren cambios orgánicos a consecuencia de las modificaciones fisiológicas propias del estado de gravidez, como el aumento de las dimensiones y del peso corporal. “El discurso en torno a la maternidad está dominado por los aspectos más fisiológicos de la función: procreación, gestación, parto y amamantamiento, reafirmando para la madre la función puramente nutritiva, que la naturaleza le ha asignado visiblemente” (Molina, 2006, p. 95). En efecto, hoy en día podemos observar cómo se ha establecido todo un conjunto de posibilidades para revertir las secuelas corporales que imponen el embarazo y la lactancia en la silueta femenina.

La diversidad del ser humano implica comprender que no existe un solo patrón de belleza, tipo occidental, pues, al asumir dicha idea, se excluye la diversidad cultural de otras regiones, y, por ende, se asumen riesgos y consecuencias que van en detrimento de la construcción de la imagen estética desde la dimensión social. La concepción de un criterio estándar de belleza conlleva implicaciones negativas en la convivencia con aquellos sujetos que se consideran poseedores exclusivos de lo que entienden por una atractiva imagen física.

Este planteamiento nos acerca a la dimensión psico-afectiva y social de los sujetos, la cual está íntimamente ligada a cómo se perciben vistos y aceptados por el otro. Lo que ha dado lugar a la aparición de un sentimiento propio de la época y que ha sido parte de la historia del hombre.

Así podemos darnos cuenta que el narcisismo imperante, trabajado por diversos filósofos contemporáneos, se establece como una característica propia de nuestra sociedad e incorpora lo virtual y tecnológico como medios para alcanzar el reconocimiento y la admiración de otros sujetos, a través de las redes sociales. Es así como lo virtual permite el acercamiento con el otro en el ciber mundo. “El narcisismo es expresión de la intimidad consigo sin distancias, es decir, de la falta de distancia consigo mismo. La sociedad íntima es afectada por narcisistas sujetos íntimos, a los que les falta la capacidad de distancia escénica” (Han, 2014, p.70).

La importancia asignada al aspecto físico en la vida moderna ha tenido un impacto negativo en la salud mental, ya que los sujetos experimentan mayores niveles de ansiedad y depresión debido a la presión para adherirse al tipo de cuerpo ideal. El énfasis en la apariencia externa ha creado una cultura de la comparación, en la que las personas se contrastan constantemente con los demás y se sienten inadecuadas si no están a la altura del ideal. Esta comparación constante y la presión para ajustarse al tipo de cuerpo perfecto pueden provocar una disminución de la autoestima, por lo que existen altas posibilidades de presentar repercusiones duraderas en el bienestar mental.

El prototipo cultural de belleza de nuestra sociedad se caracteriza por un imponente desarrollo de las tecnocomunicaciones, donde se promueve el consumo como medio de ser en el mundo. Esto permite el sometimiento del sujeto a un constante bombardeo publicitario, cuyo objetivo principal consiste en generar una

conducta adictiva que permita asumir, exhibir y perpetuar un patrón ideal de belleza. Esto permite que, en la actualidad, la imagen corporal represente uno de los aspectos de mayor valoración entre los sujetos, lo cual va en detrimento de otros aspectos esenciales que conforman y permiten el desarrollo del buen vivir, como son los atributos espirituales o intelectuales.

Cada día se incrementa la aplicación de técnicas de modificación corporal mediadas por la tecnología. La cirugía cosmética agrupa todo un conjunto de técnicas que permiten el alcance desde los cambios más sutiles hasta modificaciones extremas, con el agravante de que se va incrementando cada vez más el recurrir a nuevos procedimientos en búsqueda de una mejor apariencia, tal parece que la satisfacción es inalcanzable para estos sujetos. Esto da pie a reflexionar acerca de hasta dónde está el sujeto dispuesto a ceder en esta práctica angustiante. Somos lo que entendemos ser o somos lo que la técnica nos permite ser.

La coacción mediática plantea aspectos tan superficiales y ambiguos, que relacionan lo asumido estéticamente como bello con el éxito, dejando de lado la vida interior, aquella que traspasa los límites de la piel, las dimensiones corporales y características faciales. El aprecio por el comportamiento en sujetos de cualquier edad y ambos sexos, que hagan referencia a cualidades tales como la congruencia, la empatía, la ética, la honestidad, la sensibilidad, el respeto y la amabilidad como parte de lo que emana de lo íntimo del ser.

Es posible un cambio en la apariencia física a través de las diferentes técnicas y procedimientos corporales que permite la tecnociencia, atractivo a la mirada propia y del otro, para satisfacción del ego en quienes viven el fenómeno del culto al cuerpo, pero es menester el fortalecimiento de la concepción humana del sujeto y que se

consideren aquellos valores que permitan el desarrollo de un entorno donde todos los sujetos apreciemos la existencia propia y del otro desde las características que hablen de la verdadera dimensión ética humana.

CONCLUSIONES

La historia humana se encuentra cargada de acciones dirigidas a la búsqueda del bienestar, la salud y la belleza.

Hasta aquí se han expuesto diversos planteamientos y reflexiones trascendentales en torno al cuidado y el culto al cuerpo. El primero tiene que ver con aquellas acciones cotidianas de higiene, alimentación y ejercicio como parte de un estilo de vida saludable; y el segundo tiene que ver con la obsesión y compulsión por el alcance de una autoimagen de perfectibilidad socialmente impuesta.

Al inicio de este trabajo se planteó como idea a sustentar que el culto al cuerpo es un fenómeno en crecimiento con gran influencia en la dinámica cotidiana, que involucra una cultura del ego, la dominación y el consumo, conforme a la cual el sujeto centra su discurso-real en el alcance de una autoimagen socialmente establecida. Esta realidad ha conducido a una preocupación consistente que, en muchos casos, se inclina por la idealización de la imagen y la aceptación social.

En el primer capítulo se presentan los aspectos introductorios de la presente investigación, planteados en un recorrido sistemático desde los antecedentes hasta una delimitación conceptual que permite la aclaración de términos de acuerdo al contexto utilizado. En el segundo capítulo se muestra que el culto al cuerpo es un fenómeno social e histórico. Es por ello que para su estudio se adoptó una perspectiva fenomenológica, en virtud de que la fenomenología es una disciplina filosófica que permite abordar un tema desde las manifestaciones mismas del fenómeno, entendiendo este a partir de todo lo observable por la consciencia humana.

Considerando el concepto de intersubjetividad, de Merleau-Ponty, el culto al cuerpo parte de la relación del sujeto con el otro. En la interacción con el otro se construye una visión propia del cuerpo y su significado. Sin embargo, esta visión subjetiva está íntimamente relacionada con las relaciones de coexistencia que se establecen con el mundo social. Desde este último concepto –el de coexistencia– desde la perspectiva de los planteamientos de David Le Breton, se pondera que el sujeto asume los significados de los fenómenos que forman su mundo en cuanto a su cosmovisión del cuerpo.

Articulado con lo anterior, en el tercer capítulo se abordó el culto al cuerpo desde las fundamentaciones teóricas de la fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty y la visión sociológica de David Le Breton. En el primero se valora la experiencia del cuerpo en torno a lo vivencial, a través de la vista se desvela el espectáculo del cuerpo como un drama íntimo que, a la vez, se relaciona con el sistema del que es parte y que le supera. En el segundo se le presta especial interés a la cuestión social con relación a la percepción del cuerpo, que es evidente que varía entre las diferentes sociedades, por lo que, en tanto constructo social, lo individual se nutre de lo colectivo.

En el cuarto capítulo, se abordaron las modificaciones en las prácticas alimentarias asumidas por quienes viven el culto al cuerpo. Las dimensiones del cuerpo y la proporcionalidad del mismo no son solo un hecho biológico, también se relacionan de forma compleja con aspectos culturales, económicos y políticos. Si bien el cuidado del cuerpo a través de la alimentación es un fenómeno histórico, como lo sustenta Hipócrates, es en la actualidad cuando ha alcanzado un mayor auge. Los alimentos pueden ser fuente de placer o de malestar. Esto es así, porque la dieta adoptada por el sujeto podría constituirse en una herramienta para alcanzar el ideal corporal

socialmente impuesto. En ocasiones, esta búsqueda puede desencadenar algunos de los llamados Trastornos de la Conducta Alimentaria, como la anorexia y la bulimia.

En el quinto capítulo, se hizo referencia al cuerpo como medio de expresión del sujeto, quien lo utiliza para emitir un discurso que adquiere un significado individual y social. El cuerpo se desdobra entre lo material, con sus fragilidades, y la ilusión de la imagen que de él se busca proyectar. El sujeto contemporáneo busca cada vez más expresarse a través de su cuerpo, y una evidencia de este fenómeno es el incremento en la realización de tatuajes, así, la piel se constituye en un lienzo en el que se dibuja el discurso-propio.

Sin duda, las modificaciones que el sujeto contemporáneo realiza en su cuerpo parten de un comportamiento social, como es el llamado aprendizaje vicario. Este aprendizaje por imitación constituye un intento del sujeto por recibir la aceptación del grupo al que pretende pertenecer.

Se ha expuesto, además, de manera certera, que el cuerpo es asiento para el ejercicio del poder: El sujeto contemporáneo acepta la primacía del ideal social, sometiéndose a prácticas muchas veces punitivas en la búsqueda de proyectar una imagen deseada. A su vez, el poder se expresa en relación a la alteridad, es decir, que el cuerpo del otro y la percepción que de él tenemos pueden ser utilizados como elemento de dominación sobre el cuerpo ajeno. Esto se evidencia en la desigualdad de las relaciones de poder entre individuos de diferentes clases sociales, género, grupos étnicos y etarios.

En el sexto capítulo, nos hemos referido a la imagen corporal en relación con las nuevas tecnologías en el campo de la transformación digital e Inteligencia Artificial, que han hecho posible el llamado ciber mundo. Desde la última década del siglo XX

hasta la actualidad, se ha experimentado un proceso de transcripción cultural en que los sujetos están cada vez más dispuestos a ceder sus datos personales que, al alimentar bases de datos y algoritmos, son utilizados para acentuar sus impulsos como consumidores.

Así, en el intercambio existente en el ciber mundo, el sujeto posmoderno ha afianzado la cultura del consumo a través del ciberespacio de internet, donde las tiendas virtuales aportan diferentes ofertas de compras, adecuadas a los diversos gustos, requerimientos y presupuestos.

De modo que, hoy en día, se plantea una obligada necesidad de consumo, para hacerse visible en la sociedad contemporánea, buscando el sujeto alcanzar la gratificación, como necesidad existencial y mediática. Es por ello que, en este mundo de interconexión digital, quien no lo asume sufre un proceso de exclusión social, ya que diversas gestiones de la vida cotidiana hacen obligatorio el uso de tecnologías de la información y plataformas digitales.

En esta nueva realidad, el cuerpo físico sirve de molde al cuerpo virtual y se constituye en una herramienta para la puesta en escena de un ideal que se comparte en las redes digitales. Este cuerpo virtual es producto de una reingeniería a través del uso de filtros y programas que alejan cada vez más el cuerpo virtual del cuerpo físico.

Ciertamente, el cibercuerpo es un dispositivo para la proyección de identidades virtuales. Y es así como este espectro del cuerpo puede convertirse en una mercancía, con valor de uso y de cambio, que se vende y se compra en el mercado.

Por otra parte, dentro de los resultados de la indagación sobre las aproximaciones fenomenológicas del culto al cuerpo, se encuentra la concepción holística del sujeto como ser ontológico, que busca ser y estar presente en el mundo. De ahí que se pudo

rastrear, conceptualmente, que el cuidado del cuerpo representa una de las mayores expresiones culturales de nuestros días; que además hay un resurgimiento de la era de las imágenes sobre el culto al cuerpo, que se imponen como un estilo de vida, que involucran una dedicación sistemática y de intensidad rutinaria relacionada con los ejercicios físicos; así como una modificación del comportamiento alimentario, ligado al consumo de determinados grupos de alimentos, al seguimiento de regímenes dietéticos y al uso de suplementos nutricionales, los cuales involucran un desorbitante gasto económico para quienes asumen este estilo de vida.

De paso, pudimos comprender que, atendiendo a motivaciones internas y externas, relacionadas con la insatisfacción personal y lo que es admirado y buscado por los demás, existe la tendencia adictiva a dar continuidad a las modificaciones corporales por medio del bisturí, puesto que, por lo general, no se alcanza la complacencia plena, y el sujeto normaliza estas prácticas como medio de expresión, arte y posicionamiento.

En la presente investigación se encontraron diferentes usos del cuerpo que, enmascarados por una aparente búsqueda de salud y bienestar, se han desarrollado a lo largo de la historia de la humanidad. El culto al cuerpo es un fenómeno emergente con gran influencia en la dinámica cotidiana que involucra una cultura del ego, la dominación y el consumo, donde el sujeto centra su discurso y autopercepción en el alcance de una imagen socialmente establecida.

Es bueno enfatizar que, en la persecución del ideal del culto al cuerpo, el sujeto incurre en prácticas no saludables y, por lo regular, deletéreas, que en vez de favorecerlo, tiende a degradarlo.

De igual modo, en cuanto al cuerpo y sus diversas dimensiones prevalecientes en el ciber mundo, nos planteamos, en primer lugar, que el sujeto cibernético ético

concede un estilo de vida saludable, como aquel que corresponde al cuidado del cuerpo en un mundo caracterizado por la virtualidad y la “infoxicación”; contrario al sujeto cibernético no ético, que es aquel que vive por y para las redes sociales, pendiente de un *like*. En este sujeto, impera un narcisismo y una ofuscación que se construye en el espacio cibernético por medio de estas redes.

El culto al cuerpo representa una serie de estereotipos asociados al concepto de belleza, longevidad y esbeltez, de ahí que en el mundo de hoy nadie quiere envejecer y, por lo tanto, se busca por cualquier medio reconstruirse sobre la base de postizos y prótesis progresiva y pasivamente impuestas en la sociedad. Existe una sobreexposición de la imagen corporal articulada a una práctica social y subjetiva.

Por otro lado, a sabiendas de que el cuerpo constituye ese espacio delimitado que nos permite ser y hacer presencia en el mundo y el ciber mundo, que favorece a la recreación de una identidad compleja, la cual está condicionada por los aspectos antropológicos y sociales del sujeto, y en virtud de los hallazgos establecidos, hemos planteado las siguientes conclusiones:

Luego de establecer en la primera parte, las generalidades de nuestra investigación, en relación con la segunda parte, extrajimos como conclusión que el culto al cuerpo, a pesar de ser un fenómeno histórico, cuyas raíces podemos encontrarla en la antigua Grecia, es en la época contemporánea cuando ha adquirido mayor notoriedad e incidencia subjetiva, alcanzando rasgos patológicos. Esto, por el impacto que sobre la salud física y mental tiene la idealización de la imagen corpórea. El sujeto postmoderno persigue incesantemente alcanzar esta idealización a través del cuerpo propio y juzga al otro a partir de cómo se autopercibe.

La tercera parte permite concluir que la interrelación entre la experiencia vivida por el sujeto sobre el cuerpo propio y su relación con la valoración social del mismo, modula la percepción que del cuerpo se tiene.

En relación con la cuarta parte, se concluye que los cambios en las prácticas alimentarias, para alcanzar unas proporciones y medidas físicas idealizadas y socialmente aceptables, constituyen una expresión fenomenológica del culto al cuerpo. La dinámica establecida por el sujeto en torno al consumo de alimentos representa, además, una muestra de su poder adquisitivo, aunque en la mayoría de los casos no evidencia los conocimientos alimentarios y nutricionales pertinentes desde el punto de vista clínico-científico.

A partir de la quinta parte, se concluye que la proyección de la imagen como ilusión, es otra expresión del fenómeno del culto al cuerpo, lo cual ha sido potencializado por el desarrollo de un discurso que promueve el sistema capitalista, ya que permite que el sujeto se constituya en un consumidor compulsivo de mercancías y prácticas que le ayuden a conquistar el cuerpo ideal, como objeto de significado social.

La sexta parte permite concluir que, en la época del ciberespacio, el uso de redes sociales ha contribuido a perpetuar el fenómeno del culto al cuerpo. El cibermarketing se ha constituido en un elemento potenciador de la dinámica de consumo de los diferentes bienes y servicios ofertados por la formación económica y social predominante.

Finalmente, se hace preciso destacar que la educación alimentaria y nutricional durante los primeros años de la vida constituye el elemento principal para empoderar a la población. Y es bueno puntualizar que es desde el entorno escolar que se debe construir una sólida adquisición de los conocimientos pertinentes.

Siguiendo con nuestra línea conclusiva, en consonancia con lo abordado en el desarrollo de nuestras indagaciones, y tomando en cuenta que el enfoque fenomenológico permite una aproximación desde la subjetividad requerida acerca de las dinámicas existentes en el comportamiento alimentario, reafirmamos nuestra postura, en cuanto a que el establecimiento de un estilo de vida saludable impone, además de la sistematización de cuidados cotidianos en la alimentación, el ejercicio y el manejo del estrés, así como la valoración de la imagen en relación con el sentido de pertenencia del cuerpo vivido y trabajado, dentro de una cultura vivencial en que los deseos y placeres van dirigidos a sentirse bien con el propio cuerpo.

Al abordar la multidimensionalidad recreada en el fenómeno del culto al cuerpo, cabe destacar el sometimiento de éste en las diferentes acciones encaminadas a idealizarlo, con lo cual se le establece como escenario de manifestación de ego, poder y dominación. Por lo que el cuerpo, como expresión y presencia, es un reflejo social que permite la valoración colectiva de representaciones y expresión de signos a través de las prácticas y discursos que genera. De modo que el cuerpo se establece como un importante principio de instrumentalidad para la detección de ciertos rasgos sociales, como cuando se trata de abordar y comprender algunos de los fenómenos sociales contemporáneos.

Se ha observado, además, un incremento de la cultura corporal o somática, pues el cuerpo se ha convertido en objeto y, a la vez, en objetivo de diversas industrias: la de la moda, las farmacéuticas, deportivas, entre otras. En efecto, la sociedad impone el consumo de todo tipo de ofertas dirigidas a elevar la aceptación del cuerpo a partir de lo establecido por esta como ideal o aceptable.

En correspondencia con lo anterior, el llamado turismo de la salud sirve al público un catálogo atractivo de ofertas ante la actitud contemplativa de las autoridades correspondientes. Dichos servicios son circuitos que incluyen el recibimiento, la llegada, el alojamiento, la preparación para la cirugía, el internamiento, así como los cuidados postquirúrgicos con la asistencia de enfermería, alimentación, ciclos de masajes, medicamentos y demás.

Ante todo el panorama ya descrito, algunas de las reflexiones filosóficas extraídas del presente estudio tienen que ver con el sometimiento del cuerpo al dolor por medio de diversas prácticas angustiantes, como las intensas jornadas de ejercicio físico a fin de incrementar la masa muscular y las modificaciones corporales por medio de las cirugías plásticas y los tratamientos estéticos, así como con la aplicación de productos farmacéuticos, entre los cuales están los anabólicos y esteroides, cuyas consecuencias impactan de forma negativa la función endocrina, renal y esquelética de los sujetos consumidores de tales productos.

En el sujeto contemporáneo se hace evidente, desde el punto de vista fenomenológico, que las carencias emocionales y la búsqueda de aceptación con frecuencia son enmascaradas por prácticas del culto al cuerpo. La inmediatez de las imágenes compartidas, que persigue la aceptación de los pares, constituye una reafirmación transitoria del individuo a través de la ilusión que proporcionan los recursos virtuales. En esa búsqueda, el intelecto se desgasta y no logra llenar los vacíos de la propia existencia. Por el contrario, la búsqueda se hace perpetua y degenera en la insatisfacción del ideal nunca alcanzado.

Es por ello que planteamos que el fenómeno del culto al cuerpo se ha constituido en una patología de la postmodernidad, en tanto que el sujeto, al imbuirse en la

mejoría del cuerpo tangible y su idealización virtualizada, descuida aspectos humanos intangibles, como la autorreflexión, que enriquece el alma, es decir, los aspectos que nos hacen más humanos en relación con los demás.

El sujeto, sumergido en las profundas aguas del culto al cuerpo, centra su atención en un ideal efímero, que se agota en las primeras décadas de la vida sin forjar la reciedumbre que le sostenga en las décadas finales de su existencia. Sin embargo, ha de reconocerse que el sujeto cuya vida centrada en valores se forja continuamente, ha de tener la oportunidad de entrar en una dinámica reflexiva que le ayude a alcanzar su ideal social y humano.

Este trabajo ha sido el resultado de una búsqueda y de una necesidad de explicar cómo el sujeto contemporáneo se ha apropiado e involucrado en las prácticas ya descritas, por lo que se impone la reflexión sobre nuestra propia participación en este fenómeno y la incorporación de una visión más humanista del cuerpo.

Todo lo expuesto anteriormente va acorde con los objetivos que identifican las principales prácticas bio-psico-sociales cotidianas en el desarrollo del culto al cuerpo, así como las dinámicas existentes en el comportamiento alimentario a partir del enfoque fenomenológico y algunas implicaciones de las prácticas ejercidas en el culto al cuerpo desde la subjetividad social.

Estos hallazgos se enlazan y son coherentes con lo que fue el objetivo principal de la investigación, el cual gira en torno al abordaje fenomenológico de algunas prácticas derivadas del culto al cuerpo, y que involucra una cultura del ego, de la dominación y el consumismo en un mundo caracterizado por la aceleración y la instantaneidad de las imágenes.

REFERENCIAS

- Agamben, G. (2017). *El uso de los cuerpos*. (R. Molina- Zavalía, Trad.; 1ra ed.). Adriana Hidalgo editora. (Trabajo original publicado en 2014).https://ipfs.io/ipfs/QmTdTnkT2h357sTjGUPJrbV5tDangcFACjRRvYfrAyJzh?filename=Agamben_Giorgio-El_uso_de_los_cuerpos.pdf
- Aguilar, P. (2014). Cultura y alimentación. Aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana - ScienceDirect. *Anales de Antropología*, 48(1)11-31.[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70487-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70487-4)
- Aguilar, M. y Villagrán, E. (2010). *Incidencia de la autoestima en la consolidación de la imagen corporal en mujeres adolescentes*. (tesis de grado). Universidad de San Carlos de Guatemala <https://core.ac.uk/download/pdf/232195254.pdf>
- Álvarez, L., y Álvarez, A. (2009). Estilos de vida y alimentación. *Lifestyles and Food Consumption*, <https://doi.org/10.30827/Digibug.6858>
- Arendt, H. (1993/2016). *La condición humana*. (Ramón Gil Novales, Trad.). Paidós. Barcelona.
- Arendt, H. (2018). *Entre el pasado y el futuro. Ocho ejercicios sobre la reflexión política*. Colección Clásicos Universales de Formación Política Ciudadana, PRD. <https://www.prd.org.mx/libros/documentos/libros/Pasado-Futuro-Hannah.pdf>
- Ariztía, T. (2017). La teoría de las prácticas sociales: particularidades, posibilidades y límites. *Cinta de moebio*, (59), 221-234. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-554X2017000200221&script=sci_arttext
- Arsuaga, J. (2023). *Nuestro cuerpo: siete millones de años de evolución*. Editorial Planeta, Barcelona.
- Astacio, M. (2001). ¿Qué es un cuerpo. *A Parte Rei. Revista de Filosofía*, 14, 1-4.
- Bandura, A. (1977). *Teoría de aprendizaje social*. Prentice Hall. <https://psycnet.apa.org/record/1979-05015-000>

- Barreiro, A. (2004). La construcción social del cuerpo en las contemporáneas. *Artículos: Revista de sociología*, 127-152.
- Bajtín, M. (1979/2000). *Yo también soy*. (Fragmentos sobre el otro). México: Taurus.
- Bazán, C. I., y Miño, R. (2015). La imagen corporal en los medios de comunicación masiva. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 15(1), 23-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645337>
- Behar, R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 48(4), 319-334. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272010000500007>
- Behar, R. y Hernández, P. (2002). Deportes y trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Médica de Chile*, 130(3), 287-294. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872002000300007>
- Behar, R., De la Barrera, M., y Michelotti, J. (2001). Identidad de género y trastornos de la conducta alimentaria. *Revista médica de Chile*, 129(9), 1003-1011.
- Benavides, M. (2003). El cuerpo integral visto por los griegos. *Revista Mexicana de Enfermería-Cardiológica*; 11(2):85-89. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfe/en-2003/en032h.pdf>
- Benedetti, M. (2007). *Vivir adrede*. [Versión de EPUB]. Editoria Narukei v1.0. <https://www.guao.org/sites/default/files/biblioteca/Vivir%20adrede.pdf>
- Bernabeu-Mestre, J., Esplugues, J., y Trescastro-López, E. M. (2014). *Evolución histórica de las estrategias alimentarias y sus condicionantes*. Universitat d'Alacant. Departament d'Infermeria Comunitària, Medicina Preventiva i Salut Pública, i Història de la Ciència.
- Bourdieu, P. (2000): *Cosas dichas*, Gedisa, Barcelona.
- Brando, N. (2011). *Alma-Cuerpo: Entre dualismo metafísico y dualismo real (Platón y Aristóteles)*. <https://laliteraria.wordpress.com/2011/03/25/alma-cuerpo-entre-dualismo-metafisico-y-dualismo-real-platon-y-aristoteles>.

- Bravin, C. (2015). *Desarrollos para una teoría de la construcción social del cuerpo y la subjetividad en el campo educativo. Estudio de caso sobre la Institución y el sujeto en acto, en el campo de la Formación Docente. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires.*
- Briceño, G. (2011). *El cuerpo como performance en la sociedad del espectáculo.* Estudios sobre las Culturas Contemporáneas. Época II. Vol. XVII. Núm. 34, Colima, invierno 2011, pp. 9-30. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3859650>
- Caballero, C. (2008). Mujeres, cuerpos y literatura: médica medieval en hebreo. *Asclepio*, 60(1): 37-62. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/32811>
- Cardona, D. (2020). *Técnica, transgresión y habitus: itinerarios corporales de mujeres deportistas de halterofilia.* Universidad ICESI, Facultad de Derecho y Ciencias Sociales. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repository.icesi.edu.co/biblioteca_digital/bitstream/10906/87394/1/TG02850.pdf
- Carrasco, M. (2008). El cuerpo y sus significados: sociedades tradicionales versus sociedades modernas. *Index de Enfermería*, 17(1) 2008. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962008000100001
- Carrillo, V., Durán, V. y Del Moral, A. (2013). Influencia de los factores que definen el modelo estético corporal en el bienestar de las mujeres jóvenes afectadas o no afectadas por anorexia y bulimia. *Saúde e Sociedade*, 22(2), 468–484. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902013000200017>
- Casillas, M., Montaña, N., Reyes, V., Bacardí, M., y Jiménez, A. (2006). A mayor IMC mayor grado de insatisfacción de la imagen corporal. *Revista Biomédica*, 17(4), 243-249. <https://doi.org/10.32776/revbiomed.v17i4.463>
- Choque, C., y Pizarro, E. (2013). Identidades, continuidades y rupturas en el culto al agua ya los cerros en Socoroma, una comunidad andina de los Altos de Arica. *Estudios atacameños*, (45), 55-74. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-10432013000100005&script=sci_arttext&tlng=pt

- Coca, J., Valero, J., Randazzo, F., y Pintos, J. (2011). *Nuevas posibilidades de los imaginarios sociales*. <https://libros.metabiblioteca.org/handle/001/449>
- Comte-Sponville, A. (2005). *Diccionario filosófico*. Paidós, Surcos. Barcelona.
- Connelly, F. (2016). Lo grotesco en el arte y la cultura occidentales. La imagen en fuego. La balsa de la medusa. España.
- Cordón, F. (1991). *La naturaleza del hombre a la luz de su origen biológico*. Anthropos Editorial.
- Coria, M. (2013). *Medicina, cultura y alimentación: la construcción del alimento indígena en el imaginario médico occidental a través de la visión del doctor Francisco Hernández*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0185122514704898>
- Cyrułnik, B. (2004). *Del gesto a la palabra*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- De Espinosa, M, y Serrano, M. (2017). *Obesidad y desnutrición en un mundo globalizado*. In *Anales del museo nacional de antropología* (No. 19, pp. 117-126). Dirección General de Bellas Artes y de Conservación y Restauración de Bienes Culturales.
- De la Serna, I. (2004). Introducción: alteraciones de la imagen corporal. *Monografías de psiquiatría*, 16(2), 1-2. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1148300>
- Debord, G. (1967/1998). *La sociedad del espectáculo*. Archivo Situacionista. <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/Societe.pdf>
- Delgado, A. A. (2001). El cuerpo en la interpretación de las culturas. *Boletín antropológico*, 1(51), 31-52.
- Díaz, J., y Morant, R. (2007). *El discurso crítico contra la "tiranía" del culto al cuerpo*. http://www.um.es/tonos_digital/znum14/secciones/estudios-8-cuerpo.htm.

- Díaz, P. (2015). Consideraciones sobre el dolor desde una perspectiva fenomenológica. *Co-herencia*, 12(23), 89-106. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-58872015000200004
- Díaz, M. (2018). ¿Antropología de la alimentación o antropología de la nutrición?. https://www.researchgate.net/publication/262103920_Antropologia_de_la_alimentacion_o_antropologia_de_la_Nutricion.
- Dosil, J. y Díaz, O. (2002). Valoración de la conducta alimentaria y de control del peso en practicantes de aeróbic. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(2), 183-195.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGraw-Hill.
- Duch, L., y Mèlich, J. (2000). *Escenarios de la corporeidad*. Editorial Trotta, SA.
- Echeverría, J. y Almendros, D. (2020). *Tecnopersonas: como las tecnologías nos transforman*. Editorial Trea Ensayos.
- Escobar, J. (2008). Cuerpo humano y nuevas tecnologías. *Revista Colombiana de Bioética*, 3(2). http://www.bioeticaunbosque.edu.co/publicaciones/Revista/Revista7/Articulo_jaime.pdf
- Escribano, X. (2004). *Sujeto encarnado y expresión creadora. Aproximación al pensamiento de Maurice Merleau-Ponty*. Barcelona: Prohom edicions.
- Esnaola, I. (2005). Imagen corporal y modelos estéticos corporales en la adolescencia y la juventud. *Análisis y modificación de conducta*, 31(135), p. 5-22. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/21922/2218-6410-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Esteban, M. (2004). Antropología encarnada. Antropología desde una misma. *Papeles del CEIC, International Journal on Collective Identity Research*, (12), 1. <https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/41531/12093-45531-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Estrada, L. (2018). *Motivación y emoción*. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina, 2018. <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/3541/>

138%20MOTIVACI%c3%93N%20Y%20EMOCI%c3%93N.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Fanjul, C., González, C., y López, L. (2019). Adolescentes y culto al cuerpo: influencia de la publicidad y de Internet en la búsqueda del cuerpo masculino idealizado. *Doxa Comunicación*, (29)1, pp. 61-74. http://opendata.dspace.ceu.es/bitstream/10637/10735/1/es_a3_stamped.pdf
- Fast, J. (2005). *El lenguaje del cuerpo*. Traducción de Valentina Bastos. https://www.academia.edu/25215046/EL_LENGUAJE_DEL_CUERPO
- Ferrada-Sullivan, J. (2019). Sobre la noción de cuerpo en Maurice Merleau-Ponty. *Cinta De Moebio*, (65), 159-166. <https://doi.org/10.4067/s0717-554x2019000200159>
- Fierro, M. (2013). Alma encarnada-cuerpo amante en el Fedón de Platón. *Platonismo y neoplatonismo en la modernidad filosófica*, 7-42.
- Finol, D. (2008). Discurso, isotopía y neo-narcisismo: contribución a una semiótica del cuerpo. *Telos*, 10(3), 383-402. <https://www.redalyc.org/pdf/993/99318197003.pdf>
- Forte, A.(2014). La cultura del narcisismo y el deseo de ser siempre joven. Un fenómeno sociocultural sutil y perverso. PUCP. Perú. <https://congreso.pucp.edu.pe/alaic2014/wp-content/uploads/2013/09/GT11-Alma-Luz-Forte.pdf>
- Foucault, M. (2008). *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Buenos Aires: Paidós.
- Foucault, M. (1970/2005). *El orden del discurso*. Traducción de Alberto González Trovano, 1973. Fábula Tusquets Editores. https://monoskop.org/images/5/5d/Foucault_Michel_El_orden_del_discurso_2005.pdf
- Foucault M. (1980). *Microfísica del poder*. Madrid: Ediciones La Piqueta.
- Foucault, M. (1996). Las redes del poder [Basado en conferencia de 1976]. Editorial Almagesto.

- Fuster, D. (2019). Qualitative Research: Hermeneutical Phenomenological Method. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Galiana, L., Badenes, L. y Fuentes, M. (2017). *Una aproximación con modelos competitivos a la Dismorfia Muscular: El papel de la autoestima y la regulación emocional*. <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/6295/2151-6670-1-PB.pdf?sequence=1>
- Gallo, L. (2006). El ser-corporal-en-el-mundo como punto de partida en la fenomenología de la existencia corpórea. *Pensamiento Educativo, Revista de Investigación Latinoamericana (PEL)*, 38(1), 46-61.
- Galparsoro, J. (2019). *Más allá del Posthumanismo. Antropotécnicas en la era digital*. Ed. Comares. *Eikasía Revista de Filosofía*, (104), 263-266.
- García del Castillo, J. A., García-Castillo, F., Días, P. C. & García del Castillo-López, A. (2021). La teoría de la Comparación Social como promotora de las conductas de salud: una aproximación teórica. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 21(2), 149-163. <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i2.697>
- Gavlovski, J. (2011). *El cuerpo en el psicoanálisis*. Caracas: Pomaire.
- Gazzaniga, M. (2005). *El cerebro ético*. (Trad. Marta Pino Montero, 2006) Paidós, Barcelona. <https://tavapy.gov.py/biblioteca/wp-content/uploads/2022/05/GazzanigaM-El-cerebro-etico.pdf>
- Gevaert, J. (1978). *El problema del hombre. Introducción a la Antropología filosófica*. Trad. de Alfonso Ortiz. Sígueme. <http://www.sigueme.es/docs/libros/el-problema-del-hombre-r18-web.pdf>
- González, F. (2017). De la era de la perplejidad a la era de las oportunidades: finanzas para el crecimiento. En BBVA. *La era de la perplejidad. Repensar el mundo que conocíamos*. Penguin Random House Grupo Editorial.

- González, R., y Jiménez, G. (2011). Fenomenología del entrecruce del cuerpo y el mundo en Merleau-Ponty. *Ideas y Valores*. 59(145), 113-130. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-00622011000100006
- González, S. (2020). Impactos de la subjetividad actual en los trastornos de conducta alimentaria: cuando la imagen pesa demasiado. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/29312>
- González, Y. (2013). *Imagen corporal de las mujeres y su desarrollo personal*. Tesis de maestría. cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/47317/GonzalezBonillaYuriria.pdf;jsessionid=0813B525B1F2688275015169FC4B0390?sequence=1
- Grande, V. (2019). La hipersexualización femenina en los medios de comunicación como escaparate de belleza y éxito. *Communication Papers Media Literacy & Gender Studies*. Vol.8 – No16, pp. 21/32. <https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/17527/456754?sequence=1>
- Guíñez, P. (2014). Comida, hambre y fenomenología: En torno a la posibilidad de una fenomenología de la comida. *Eikasía, Revista de Filosofía*. (P. 291-297). <https://es.scribd.com/document/403583210/60-12#>
- Han, B. C. (2012). *La sociedad del cansancio* (trad. Arantzazu Saratzaga Arregi). Herder Editorial, Barcelona. https://underpost.net/ir/pdf/cy3/la-sociedad-del-cansancio_.pdf
- Han, B. C. (2014). *La agonía del Eros* (trad. Raúl Gabas). Herder Editorial, Barcelona.
- Henríquez, N. (2006). *Desarrollos de la antropología de la alimentación en América Latina: hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos*. <http://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/v15n30/v15n30a3.pdf>
- Heynig, E. (2008). El contexto social y los condicionantes de la obesidad en Chile: las políticas públicas y su implementación. Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/106647/El-contexto-social.pdf?sequence=3>
- Hirschmann, J., y Munter, C. (1997). *Cuando las mujeres dejan de odiar sus cuerpos: cómo liberarse de la tiranía del culto al cuerpo*. Paidós.

- Husserl, E. (1997). *Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica*. Libro segundo: *Investigaciones fenomenológicas sobre la constitución*, Antonio Ziri6n Quijano (trad.), M6xico: UNAM/ Instituto de Investigaciones Filos6ficas.
- Husserl, E. (2008). *La crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental*. (Julia V Iribarne, trad.). Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Illescas, M. (2014). La vivencia del cuerpo propio en la fenomenología de Edmund Husserl. *Fenomenología del cuerpo y hermenéutica de la corporeidad*, 15-34.
- Jabbour, G. (2022). ¿Qué es un Cyborg? Riesgos, retos y tecnologías. <https://expansion.mx/tecnologia/2022/04/01/que-es-un-cyborg>
- Jiménez, R. (2008). Georges Vigarello, Historia de la belleza. El cuerpo y el arte de embellecer desde el Renacimiento hasta nuestros días. *Signos históricos*, 10(19), 214-220.
- Juárez, F. (2011). El concepto de salud: Una explicación sobre su unicidad, multiplicidad y los modelos de salud. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 70-79.
- Kallinikos, J. (2017). La realidad recuperada: una investigación sobre la era de los datos. . En BBVA. *La era de la perplejidad. Repensar el mundo que conocíamos*. Pinguin Random Hause Grupo Editorial.
- Lacan, J. (1985). Psicoanálisis y Medicina. En: *Intervenciones y textos*. (Diana Silvia Rabinovich, Trad.) Buenos Aires: Manantial (1966).
- Le Breton, D. (2002). *El tatuaje o la firma del yo*. (Raoul Albé, trad.). Titivillus. https://www.academia.edu/40443400/David_Le_Breton_El_tatuaje
- Le Breton, D. (2007). *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*. (Heber Cardoso, trad.). Buenos Aires: Nueva Visión.
- Le Breton, D. (2010). *Cuerpo sensible*. Santiago de Chile. Ediciones metales pesados.
- Le Breton, D. (2013). *El tatuaje o la firma del yo*. (Raoul Albé, trad.). Casimiro Libros.

- Le Breton, D. (2017). *El cuerpo herido identidades: estalladas contemporáneas*. Buenos Aires: Topia,
- Le Breton, D. (2018). *La sociología del cuerpo*. (Castignani, H., trad.). Madrid: Siruela.
- Le Breton, D. (2019). *Antropología del dolor*. (Alcoba, D., trad.). Chile: Metales pesados
- Le Breton, D. (2021). *Antropología del cuerpo y modernidad*. (J. Gorrais y N. Del Frari, trad.). Prometeo Libros.
- Lee, K. (2018). *Superpotencias de la inteligencia artificial: China, Silicon Valley y el nuevo orden mundial*. (M. Vaquero, Trad.; 1ra ed.). Editorial Planeta, S. A. Barcelona.
- Levinas, E. (1993). *Humanismo del otro hombre*. (D. Enrique Guillot, Trad.; 2da ed.). Editorial Siglo XXI.(Trabajo original publicado 1972).
- Lipovetsky, G. (1990). *El imperio de lo efímero: la moda y su destino en las sociedades modernas*. (F. Hernández y C. López, trad.). Editorial Anagrama, Barcelona.
- López, L. (2005). *Entre la ética de la ciencia y la bioética: principales problemas, interrogantes y soluciones*. Editorial Somos Literatura.
- López, M. (2014). De Husserl a Merleau-Ponty: del cuerpo propio como localización de sensaciones al movimiento de la chair. *Ángel Xolocotzi Yáñez and Ricardo Gibu Shimabukuro, coords., Fenomenología del cuerpo y hermenéutica de la corporeidad*, 35-82.
- López, M. (2015). Perfeccionismo y riesgo de TCA en personas que realizan ejercicio físico para mejorar su imagen corporal: un estudio de caso control. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/1085>
- Mahan, K., y Raymond, J. (2013). *Krause's Food y the Nutrition Care Process*. 14.ªedición. (Elsevier España, S.L.U., eds.). Elsevier Inc.

- Mambrol, N. (2017). *Key Theories of Maurice Merleau-Ponty*. Literary Theory and Criticism. Retrieved Jun 4, 2023, from <https://literariness.org/2017/05/28/key-theories-of-maurice-merleau-ponty/>
- Maojo, V. (2022). Inteligencia artificial y medicina: hacia un futuro diferente. En Salazar, I. y Benjamins, R. (Ed.). *El algoritmo y yo*. (pp. 89-96). Ediciones Anaya Multimedia (Grupo Anaya, S. A.)
- Marin, L. (2009). Poder, representación, imagen. *Prismas*, 13(2), 135-156. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-04992009000200001
- Martínez, J. (2014). Construyendo los cuerpos “perfectos”. Implicaciones culturales del culto al cuerpo y la alimentación en la vigorexia. *Universitas-XXI: Revista de Ciencias Sociales Y Humanas*, (21), 77-99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5968408>
- Martínez, J. (2018). El cuerpo como nueva superficie de inscripción de la política: Michel Foucault y la biopolítica. *Sociología y Tecnociencia: Revista Digital de Sociología del Sistema Tecnocientífico*, 8(1), 27-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6275473>
- Martínez, A. (2017). *YO-TLAOLLI: El maíz como cuerpo, territorio y alimentación* (Doctoral dissertation, Facultad de Artes y Diseño, Universidad Nacional Autónoma de México). <https://www.academica.org/aldo.martinez.munoz/3.pdf>
- Martínez Ojeda, B. (2006). *Homo digitalis: etnografía de la cibercultura*. (Trabajo de Grado) Universidad de los Andes. <https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/22724/u271044.pdf?sequen>
- Martinez-Rodriguez, A. (2015). Efectos de la dieta y práctica de deportes aeróbicos o anaeróbicos sobre los trastornos del comportamiento alimentario. *Nutrición Hospitalaria*, 31(3), 1240-1245.
- Melo, Y. (2020, 9 de febrero). Cybermarketing en la Revolución 4.0: Nueva tendencia del mercadeo para el siglo XXI (1). Acento, 1. <https://acento.com.do/opinion/cybermarketing-en-la-revolucion-4-0-nueva-tendencia-del-mercadeo-para-el-siglo-xxi-1-8777876.html>

- Merejo, A. (2014). El ciber mundo como revolución tecnológica, científica y filosófica. *Eikasía*, 58, 58-05. https://wikimasum.geo-lab.info/tai2k/tesisalp/_media/singularidades/sobre/20150828105800_cibermundo.pdf
- Merejo, A. (2015). *La era del ciber mundo*. Editora Nacional República Dominicana.
- Merejo, A. (2017). La globalización del ciber mundo. *Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 9(17). https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3527735
- Merejo, A. (2021). El sujeto cibernético como artífice del ciber mundo. *Eikasía Revista de Filosofía*, (103), 39-57. https://www.researchgate.net/publication/365094004_El_sujeto_cibernetico_como_artifice_del_cibermundo
- Merejo, A. (2023). *Cibermundo transido: enredo gris de pospandemia, guerra y ciberguerra*. Santuario, República Dominicana.
- Merleau-Ponty, M. (1970). *Lo visible y lo invisible*. Barcelona: Seix Barral. Traducido del francés por J. Escude. <https://idoc.pub/queue/merleau-ponty-lo-visible-y-lo-invisible-ylyx5v83gznm>
- Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción*. Península.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Fenomenología de la percepción*. (Planeta-De Agostini, ed.). Ediciones Península. (Original publicado en 1945). https://monoskop.org/images/9/9b/MerleauPonty_Maurice_Fenomenologia_de_la_percepcion_1993.pdf
- Merleau-Ponty, M. (1999). *Fenomenología de la percepción*. Editorial Altaya. Barcelona.
- Molina, M. (2006). Transformaciones Histórico Culturales del Concepto de Maternidad y sus Repercusiones en la Identidad de la Mujer. *Psykhé (Santiago)*, 15(2), 93-103. <https://doi.org/10.4067/S0718-22282006000200009>
- Moliner, M. (2016). *Diccionario de uso del español*. Editorial Gredos.
- Montagut, R. (2014). *Culto al cuerpo y sus peligros*. <https://silo.tips/download/culto-al-cuerpo-y-sus-peligros#>

- Montenegro, M., Ornstein, C. y Tapia, P. (2006). Cuerpo y corporalidad desde el vivenciar femenino. *Acta bioethica*, 12(2), 165-168. doi:10.4067/S1726-569X2006000200004
- Moratalla, T. (2010). Cuerpo reconocido el cuerpo en la hermenéutica del reconocimiento de Paul Ricoeur. *Investigaciones fenomenológicas. Anuario de la Sociedad Española de Fenomenología* (2) 219-230. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4846501>
- Moreno, F. (2021). *Psicopolítica en el tercer entorno: una lectura tecnopolítica de Han*. Universidad de Sevilla. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/131597/1/TFM-DM_MORENO%20VARILLA%2C%20FRANCISCO%20JOS%C3%89_20-21-.pdf?sequence=1
- Muñoz, J. (2007). El cuerpo, eje fundamental de una filosofía crítica y hermenéutica de la cultura en la era digital. *Thémata. Revista de Filosofía*, 39, 189-194.
- Najmanovich, D. (2014). *La complejidad, ética y estética política*. Buenos Aires: Biblos.
- Nasio, J. (2008). *Mi cuerpo y sus imágenes* (Vol. 263). Buenos Aires: Paidós.
- Nogués, A. (2002). El ritual como proceso. Jornadas europeas para la prevención de la violencia en el medio escolar. https://www.academia.edu/1920561/El_ritual_como_proceso
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas* (Vol. 916). World Health Organization.
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Constitución* <https://www.who.int/es/about/governance/constitution#:~:text=La%20salud%20es%20un%20estado,o%20condici%C3%B3n%20econ%C3%B3mica%20o%20social>.
- Osta, L. y Espiga, S. (2018). Maternidad, medicina e higienismo en los manuales médicos. Montevideo segunda mitad del siglo XIX. *Revista de História Bilros: História (s), Sociedade (s) e Cultura (s)*, 6(13).

- Palmero, F., Gómez, C., Carpi, A., & Guerrero, C. (2008). Perspectiva histórica de la psicología de la motivación. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 145-170. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242008000200004
- Parra, A. (2004). Del cibercuerpo o las paradojas de la corporeidad: ¿Devenir cuerpos (post)humanos?. [Tesis de grado Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/8815>
- Pedraza, E. (2010). *Estilos de vida saludables*.
https://www.academia.edu/35846451/ESTILOS_DE_VIDA_SALUDABLE
- Pera, C. (2006). *Pensar desde el cuerpo. Ensayo sobre la corporeidad humana*. Primera edición, Triacastela.
- Perales, C. (2018). *Intervención educativa nutricional con y sin motivación en personas con sobrepeso y obesidad*. <http://ricaxcan.uaz.edu.mx/jspui/handle/20.500.11845/1542>
- Pérez, R., y Cordero, Y. (2019). “Cuerpo humano: cánones de proporcionalidad y belleza”. *Contextualización investigativa en la Educación, Cultura Física y el Deporte IV*, 10. <https://redipe.org/wp-content/uploads/2019/07/Libro-educacion-y-pedagogia-cuba-2019-parte-iv.pdf#page=116>
- Pérez, S. y Romero, G. (2008). Imagen corporal en mujeres rurales de la Sierra Juárez y la costa de Oaxaca: una aproximación nutrio-antropológica. *Estudios-sociales*.16(32). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572008000200003.
- Pitts, V. (2003). *En la carne*. Nueva York: Palgrave MacMilla.
- Piña, P. (2014). Cultura y alimentación. Aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana. In *Anales de antropología* (Vol. 48, No. 1, pp.11-31). <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0185122514704874>
- Platón. (1983). *Fedón o de la inmortalidad del alma*. (C. Eggers Lan, trad.). Editorial Universitaria, Buenos Aires. (original publicado en c. 385-370 a. c.).

- Prieto-Rodríguez, A., Moreno- Angarita, M., y Cardozo-Vásquez, Y. S. (2006). Modelo de comunicación desde una perspectiva social, orientado a la actividad física. *Revista De Salud Pública*, 8, 81-93. <https://doi.org/10.1590/S0124-00642006000500007>
- Prudencio, P. (2015). *Culto al cuerpo: salud o enfermedad*. (Bachelor's thesis, Universidad Francisco de Vitoria). <http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1112/TFG1415%20PALOMA%20PRUDENCIO%20GARCIA.pdf?sequence=1>
- Puerto, L. y Tejero, P. (2013). Alimentación y nutrición: repercusión en la salud y belleza de la piel. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 10, 56-65. <https://revista.nutricion.org/pdf/alimentacion-nutricion.pdf>
- Ramírez, M. (2017). El cuerpo por sí mismo. De la fenomenología del cuerpo a la ontología del ser corporal. *Revista de filosofía open insight*, 8(14), 49-68. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rfoi/v8n14/2395-8936-rfoi-8-14-00049.pdf>
- Ramírez, R. (2019). *Estilo de vida saludable: biopolítica del cuidado del cuerpo. itinerarios de la modificación del peso corporal*. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del Estado de Morelos]. <http://riaa.uaem.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.12055/1733/RALLPZ04T.pdf?sequence=1>
- Rendón, R. y Osuna, I. (2018). El papel de la nutrición en la prevención y manejo de la sarcopenia en el adulto mayor. *Nutrición Clínica en Medicina*, 12(1), 23-36. <http://www.aulamedica.es/nutricionclinicamedicina/pdf/5060.pdf>
- Riobello, A. (2008). Merleau-Ponty: percepción, corporalidad y mundo. *Eikasia Revista de filosofía*, (20), 197-220.
- Ríos, N. (s. f.). *Mujeres con discapacidad, cuerpos y emociones en torno a la protesta feminista*. Trabajo terminal para obtener el grado de Licenciada en Sociología. Universidad Autónoma Metropolitana. <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/bitstream/123456789/23218/1/50840.pdf>
- Rizo, R. (2015). ¿Supervenencia o nacimiento trascendental? *Ápeiron: Estudios De Filosofía*,(3), 381-397. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5966462>

- Rodin, J. (1993). *Las Trampas Del Cuerpo*. Paidós Iberica.
- Rodríguez, R. y Cantero, M. (2020). Albert Bandura: Impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and eachers*, (384), 72–76. <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.01>
- Rojas-Estapé, M. (2018). *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*. Editorial Planeta.
- Román, B. (2008). Culto al cuerpo: algunas reflexiones filosóficas. *Bioética & debat* 14(52):1-5. <https://docplayer.es/18147848-El-culto-al-cuerpo-algunas.html>
- Roman, J., Arroyo, L., y Gomez, Z. (2009). Rasgando la Piel: Tatuajes, Cuerpos y Significados. *The Qualitative Report*, 14(2), 374-388. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2009.1389>.
- Rosario, I. (2009). La Imagen corporal: Hacia una construcción social para la psicología industrial organizacional. *Poiésis*, (18).
- Russell, B. (2012). *Los problemas de la filosofía*. <https://www.pensamientopenal.com.ar/system/files/2016/03/doctrina43032.pdf>
- Salaberria, K., Rodríguez, S. y Cruz, S. (2007). *Percepción de la imagen corporal*. https://www.researchgate.net/publication/29823635_Percepcion_de_la_imagen_corporal#fullTextFileContent
- Sánchez, C., Pichardo, E. y López, P. (2004). Epidemiología de la obesidad. *Gaceta Médica de México*, 140(S2), 3-20. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=11361>
- Sánchez, R. (2015). *Canon y estilo de la figura humana en la publicidad gráfica*. <https://idus.us.es/handle/11441/30929>
- Salazar, I. y Benjamins, R. (2022). *El algoritmo y yo*. Ediciones Anaya Multimedia (Grupo Anaya, S. A.).
- Salazar, R. (2002). “Reseña de la globalización: consecuencias humanas de Zygmunt Bauman”. *Espiral*, 9(25), Universidad de Guadalajara, Guadalajara, México.

- Santacruz, O. (2015). Arte, cuerpo y racionalismo. *Calle14: revista de investigación en el campo del arte*, 10(16), 126-134. <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/c14/article/view/9568>
- Sañich, G., y Castañer, M. (2013). La proyección de la imagen corporal en jóvenes adultos y en la tercera edad. Una aplicación específica de expresión de la corporalidad. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 113-116. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4482493>
- Sepúlveda, A., Botella, J., y León, J. (2001). La alteración de la imagen corporal en los trastornos de la alimentación: un meta-análisis. *Psicothema*, 7-16. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7840>
- Schutz, A.(2003). *El problema de la realidad social*. Segunda edición. Buenos Aires: Amorrortu. <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-nacional-autonoma-de-mexico/teoria-sociologica-iii/alfred-schutz-el-problema-de-la-realidad-social/34012867>
- Sierra, W. (2007). Cosificación: avatares de una categoría crítica. *Sophia*, 1, 1-16. <https://www.flacsoandes.edu.ec/web/imagesFTP/1259788896>.
- Soengas, S. y Zamorano, S. (2009). *El cuerpo en la posmodernidad*. <https://www.aacademica.org/000-020/717>
- Soto, F. (2017). El cuerpo más allá del organismo: el estatus del cuerpo en el psicoanálisis lacaniano. *Contrastes. Revista Internacional de Filosofía*, 22(2).
- Soto, J., Santiago, L., y Cotto, Z. (2009). Rasgando la piel: Tatuajes, cuerpos y significados. *The Qualitative Report*, 14(2), 374. <https://nsuworks.nova.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1389&context=tqr>
- Taylor, C. (2007). *A Secular Age*. Belknap Press / Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, pp 20-44.

- Tejeda, Y. (2017). Evaluación del Impacto de la Desnutrición por Exceso e Interacción Social en Escolares del Segundo Ciclo del Nivel Básico. *Theses and Dissertations*, (Tesis en medicina). https://nsuworks.nova.edu/fse_etd/260
- Torres, J., De la Fuente, G. y Jaramillo, H. (2012). Comportamiento alimentario durante la adolescencia. ¿Nueva relación con la alimentación y el cuerpo? *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 99-111. <http://revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/241>
- Torres, L. (2017). *Interiorización de los estereotipos de género en la sociedad argentina y el ideal de belleza en los mensajes publicitarios*. Estudio transversal en 4 rangos de edad que abarca de los 18 a los 49 años. [Tesis doctoral]. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/47905/>
- Urrego, G. y Betancur, L. (2017). Del cuerpo grotesco al cuerpo moderno: una visión contemporánea del cuerpo desde el culto al culo. <http://workmanager.lasallista.edu.co/index.php/EN-Clave/article/view/1605>
- Ursua, N. (2008). La(s) identidad(es) en el ciberespacio: una reflexión sobre la construcción de las identidades en la red ("online Identity"). *Ontology studies*, 277-296.
- Vanegas, J., y Hoover, J. (2001). El cuerpo a la luz de la fenomenología. *Manizales: Universidad Autónoma de Manizales*.
- Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J., y López, P. (2013). Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición hospitalaria*, 28(1), 27-35.
- Vargas, M. (2013). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamérica*, 70(607), 475-482. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2013/rmc133q.pdf>
- Vásquez, A. (2013). Peter Sloterdijk: Antropotécnicas y Homo immunologicus; o la Autoplastia como espacio auto operativo, endo-retórico y socio-inmunitario. *Revista Observaciones Filosóficas* (15). <https://www.observacionesfilosoficas.net/petersloterdijk-antropotecnicas.htm>

- Vera, M. (1998). El cuerpo, ¿culto o tiranía? *Psicothema*, 10(1), 111-125.
<http://www.psicothema.es/pdf/147.pdf>
- Vicente, M. (1997). *Poder y cuerpo: el (incontestable) mito de la relación entre ejercicio físico y salud*. http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/11749/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Villarroel, Y. (2020). El Cuerpo en la era digital: una aproximación desde América Latina. *Boletín Científico Sapiens Research*, 10(2), 38-45. <https://www.srg.com.co/bcsr/index.php/bcsr/article/view/398/293>.
- Wolf, N. (1991). *El mito de la belleza*. Barcelona, Emecé.
- Zafra, R. (2005). *Netianas.N(h)acer mujer en internet*. Madrid: Lengua de trapo.
<https://www.remedioszafra.net/NETIANAS-libro-RZafra.pdf>
- Zuboff, S. (2020). Capitalismo de la vigilancia. *Política Exterior*, 34(194), 7-12. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7517624>