



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

CUERPOS DISCIPLINADOS:

LA MODERNIDAD Y EL FITNESS

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL GRADO EN LICENCIATURA PRESENTA:

RICARDO TONATIUH TORRES HACES

ASESORA DE TESIS

DRA. GLORIA RAMÍREZ HERNÁNDEZ



CIUDAD DE MÉXICO

SEPTIEMBRE 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

Agradecimientos:.....	5
Prefacio:	6
Introducción.....	7
Capítulo I: Historia corporal: de lo premoderno al cuerpo en el siglo XXI	12
1.1- Lo premoderno y la concepción unificada del ser.	13
1.2 Mesoamérica, cuerpo y cosmos.....	14
1.3 Los canacos y la analogía corporal.....	16
1.4 Cuerpo, entorno y tatuaje en la polinesia.....	17
1.5 Occidente premoderno y el dualismo primigenio de Grecia al renacimiento.....	18
1.6 La invención del cuerpo en el renacimiento	23
1.7 El cuerpo en el siglo XXI	31
Capítulo II: El cuerpo en las ciencias sociales.....	34
2.1 Dualismo premoderno y el camino al mecanicismo	34
2.2 La modernidad, las ciencias sociales y el cuerpo	36
2.3 Nietzsche y la negación de la “máquina”	38
2.4 El malestar del cuerpo desde el psicoanálisis.....	40
2.5 Primeras aproximaciones sociológicas al cuerpo:.....	41
2.6 Las expresiones del cuerpo:	43
2.7 Norbert Elías: cuerpo y civilización	45
2.8 Revolución cultural y boom del interés por el cuerpo.....	47
2.9 Feminismo, sexo, cuerpo y género	47
2.9.1 El cuerpo como cautiverio.....	49
2.9.2 El cuerpo como territorio.....	51
2.9.3 El Feminismo y la diversidad.	53
2.10 Teoría Crítica:	55
2.11 Sociología Francesa:	56
2.11.1 Foucault: las disciplinas y el cuerpo.....	56
2.11.2 Bourdieu: cuerpo y <i>habitus</i>	59
2.12 Las Sociologías del cuerpo	60
2.12.1 David Le Breton: ciencias sociales, interdisciplina y cuerpo	60

2.12.2 Bryan S. Turner. La Genesis de la sociología del cuerpo	62
Capítulo III: El Fitness como disciplina.....	65
3.1- Foucault, el poder y las disciplinas.	65
3.2- El <i>fitness</i> (prototipo disciplinario)	76
3.3- La transformación del discurso médico de la salud	84
3.4- El discurso de las apariencias: el narcisismo y el hedonismo calculador en la sociedad de consumo.	88
3.5- La evolución del régimen dietético.....	92
3.6- El dispositivo del fitness:.....	96
3.7- El disciplinamiento de los cuerpos:.....	108
3.8- A dónde van los cuerpos	113
Conclusión:.....	116
Bibliografía:	122

“Nietzsche sale de su hotel en Turín. Ve frente a él un caballo y al cochero que lo castiga con el látigo. Nietzsche va hacia el caballo y, ante los ojos del cochero, se abraza a su cuello y llora. [...] Nietzsche fue a pedirle disculpas al caballo por Descartes. Su locura (es decir, su ruptura con la humanidad) empieza en el momento en que llora por el caballo.” (Kundera M., 1984, P. 292)

Agradecimientos:

Es muy difícil poder redactar agradecimientos, desde el conocimiento de saberse tan afortunado y privilegiado, sin saber en primer lugar a quien o a que agradecerle, pero sea a la nada, a dios, a mera coincidencia, le agradezco.

Le agradezco por tener la fortuna de que los dos seres humanos más nobles, gentiles, cariñosos y brillantes que he tenido el gusto de conocer, sean mis padres, los cuales fueron y son una parte fundamental de cualquier logro que yo tenga, por pequeño o relevante que pueda ser.

Agradezco a mis hermanos, Ángel y Camilo, de los cuales he aprendido tanto.

Agradezco a Tania, por su apoyo en todo este proceso, y por tanto amor, por inmerecido que sea.

Agradezco a mis grandes amigos, a Lourdes y a Jesús, por estar ahí.

Agradezco a la Dra. Gloria Ramírez, por su infinita paciencia conmigo, sin la cual, esto no sería posible.

A mis sinodales, que tuvieron la amabilidad de leerme y darme sus valiosas perspectivas

A la vida.

Prefacio:

Este texto, como es usual en el conocimiento y análisis de la vida, nace a partir de preocupaciones específicas derivadas de la cotidianidad, en mi caso, desde pequeño he sido participe de diversos deportes, en los cuales he podido experimentar las dinámicas peculiares de cada uno de ellos, me permitiré enumerar algunos, y reflexionar brevemente, para poder dilucidar lo que me llevó a esta investigación.

Desde pequeño, mis padres me llevaron a practicar Tae Kwon Do, un arte marcial que tenía una serie de códigos muy explícitos, de carácter ceremonioso, desde la vestimenta que se utilizaba, hasta los movimientos corporales, los cuales demostraban no solo habilidad, sino disciplina y práctica. En este sentido, hay una gran similitud con el Judo, otro arte marcial oriental que practiqué ya de adulto.

Otra expresión deportiva que realicé durante varios años fue la natación, que, sin el carácter ceremonioso, ni la jerarquía marcada anteriormente mencionadas, se enfocaba en la creación de un conocimiento y habilidad corporal muy específico.

Pero en mi experiencia vivida, estos deportes tienen una dinámica muy clara que permite la socialización, y que buscan un cierto nivel de performatividad, de técnica, sin dejar de lado su clara tendencia disciplinaria.

Posteriormente empecé a asistir a un gimnasio local, cercano a mi domicilio, donde pude conocer este complejo entramado de prácticas y mercadotecnia llamado fitness, el cual me atrapó, en parte por mi naturaleza solitaria, y por ciertas inseguridades corporales que tenía.

Después de años practicándolo de forma constante, convirtiéndose en una de las actividades que más disfruto, esta disciplina me ha permitido superar ciertas inseguridades físicas, pero he podido observar desde la experiencia propia, como una dinámica de expectativas poco realistas, de la publicidad por medio de cuerpos irreales, conseguidos por medio de retoques digitales, dietas extremas y uso de esteroides, las cuales nunca son explicitadas, y los cuales se promocionan como producto de una proteína en polvo, un aparato de ejercicio específico, un gel reductor, etc. Lo cual, de igual forma, impulsa una constante necesidad de consumir.

Introducción

Esta investigación busca hacer una crítica a la concepción moderna del cuerpo por medio de concepciones corporales de distintas corrientes sociológicas y filosóficas, tomando a la “cultura fitness” como un fenómeno que ejemplifica al cuerpo moderno y sus fundamentos, realizando un análisis usando las categorías sobre las disciplinas que propone Michael Foucault, buscando responder si ¿Es el fitness una derivación de la concepción y el discurso dualista del ser de Descartes, que ve en el cuerpo nada más que un recipiente?.

En este sentido es necesario reflexionar sobre el cuerpo como un objeto de estudio de las Ciencias Sociales y, sobre todo, de la Sociología, por lo cual retomaremos a Bryan S. Turner, uno de los autores contemporáneos más relevantes en su reflexión sobre el cuerpo desde el enfoque sociológico, y que busca delimitar ¿Qué es el cuerpo?:

Experimentamos nuestro cuerpo como límite y como medio que constriñe y restringe nuestros movimientos y deseos. Este entorno, no obstante, es mi entorno sobre el cual tengo una soberanía espontánea y total, si bien no es necesariamente el caso de que yo posea mi cuerpo [...] Esta paradoja puede expresarse diciendo que yo tengo un cuerpo, pero también soy un cuerpo. Esto es mi cuerpo es una presencia inmediata vivida, más que un simple entorno extraño y objetivo. El Fallecimiento de mi cuerpo es el mío y la terminación de mi presencia es coterminal con la historia de mi cuerpo totalmente único y particular. Esta paradoja puede expresarse en la noción de que, no obstante, tengo un cuerpo, también produzco un cuerpo. Nuestra corporificación requiere constantes y continuas prácticas de trabajo corporal, por medio del cual mantengo y presento de forma constante mi cuerpo, en un marco social en donde mi prestigio; personal y status giran todos de manera fundamental alrededor de mi presencia corporificados en el espacio social significativo. (Turner B., 1989, pp.14)

Como plantea Turner en este fragmento, el cuerpo es un elemento paradójico; es la parte más evidente del ser, pero al mismo tiempo muy elusiva, subjetiva, y polivalente dado que puede tomar formas muy distintas a partir del marco cultural que lo retoma y lo significa. Ha sido un tema latente desde el auge de la concepción

moderna del cuerpo, y que se reflejó en diversas áreas del desarrollo intelectual, como la literatura, teniendo claros ejemplos como el de Oscar Wilde en su obra de *El Retrato de Dorian Grey* (2018)

“Alma y cuerpo, cuerpo y alma: ¡qué misteriosos! Hay animalidad en el alma, y el cuerpo tiene sus momentos de espiritualidad. Los sentidos pueden refinarse, y el intelecto degradarse. ¿Quién podría decir dónde se detiene el impulso carnal, y dónde empieza el impulso físico? ¡Cuánta superficialidad hay en las arbitrarias definiciones de los psicólogos al uso! ¡Y distintas escuelas! ¿Es el alma una sombra que habita la casa del pecado? ¿O el cuerpo está realmente dentro del alma, como pensaba Giordano Bruno? La separación entre el espíritu y la materia es un misterio, y otro misterio la unión del espíritu con la materia.” (Wilde O., 2018, pp. 92)

Este es el hilo conductor que analizaremos más a fondo en la presente investigación y que dada la complejidad que presenta este objeto de estudio, se vuelve necesario hacer una revisión puntual para sentar las bases del cuerpo como un elemento a ser analizado desde las ciencias sociales, como una cuestión fundamental y fundacional de toda sociedad, que permite la producción y reproducción de las sociedades en el tiempo, y que es el vehículo de muchas de las dinámicas sociales de nuestros días. Para esto es fundamental hacer un análisis general de la corporalidad, tanto histórica como epistémicamente.

El presente estudio sociológico tiene como objetivo general realizar una crítica a la concepción moderna del cuerpo, y a las dinámicas que pone en práctica, en particular el Fitness. Siendo este el punto central del que partiremos para poder plantear la pertinencia del enfoque sociológico sobre el cuerpo, proponiendo así la siguiente hipótesis : la “cultura fitness” encarna el discurso del hombre moderno y su concepción del cuerpo, dándole al mismo un tratamiento de *alter-ego*, e individualizando actividades cotidianas con alto valor simbólico, representando así un dispositivo disciplinario que enarbola los discursos corporales como justificación ideológica de la explotación, clasificación y visión utilitaria sobre el cuerpo.

Para poner a discusión al cuerpo en una dinámica contemporánea como lo es el Fitness, una práctica basada en el ejercicio, pero delimita y regula gran parte de las

actividades cotidianas de los individuos, será necesario plantear varios elementos rectores, que se ven representados en los tres capítulos que la conforman.

En los primeros dos capítulos retomaremos un enfoque descriptivo a través de un recorrido histórico y arqueológico del cuerpo desde la premodernidad occidente pasando por el renacimiento, luego la modernidad hasta llegar a la situación contemporánea. Así mismo, lo complementaremos en el último capítulo, con un análisis explicativo para comprender cómo se inserta la visión corporal en la dinámica del "Fitness" desde la teoría disciplinaria de Foucault en la actualidad, por medio de representaciones actuales plasmadas en sitios y revistas representativas, así como en las mismas prácticas en el fitness, concluyendo con una reflexión de la mano de nuevas propuestas de aproximarse al cuerpo desde la filosofía.

El primer capítulo consiste en un esfuerzo por reflexionar la forma en que se ha significado al cuerpo en distintas sociedades, un desarrollo histórico de la corporalidad buscando representaciones tanto en occidente como en culturas completamente ajenas a el, y, sobre todo, con una perspectiva crítica de las concepciones del cuerpo y de sus dinámicas.

En la revisión histórica del cuerpo podemos observar que derivado de un complejo proceso de cambios culturales, hay un evidente parteaguas entre las concepciones premodernas y las modernas, por lo que es fundamental sentar las bases de esta distinción, que son caracterizadas por las posiciones más holísticas de la existencia humana, y por el otro el del dualismo, el ver al cuerpo como un ente separado del alma. Para esto seguiremos la perspectiva de Le Breton que propone lo siguiente" Ante todo el cuerpo es un término doxa, y el uso de este significante en el ejercicio de un pensamiento sociológico debe ser aclarado previamente por una historia del presente, una genealogía del imaginario social que lo produjo". (Le Breton, 2013, pp.36)

El segundo capítulo busca realizar lo que Michael Foucault delimitó como "Arqueología" del cuerpo;

A este nivel, la científicidad no sirve de norma: lo que se intenta dejar al desnudo en esta historiá arqueológica, son las prácticas discursivas en la medida en que dan lugar a un saber y en que ese saber toma el estatuto y el papel de ciencia. Acometer a ese nivel una historia de las ciencias, no es describir unas formaciones discursivas sin tener cuenta de las estructuras epistemológicas; es mostrar cómo la instauración de una ciencia, y eventualmente su paso a la formalización, puede haber encontrado su posibilidad y su incidencia en una formación discursiva y en las modificaciones de su positividad. (Foucault, 1969, pp. 321)

Es decir, realizamos una revisión desde una mirada crítica de la construcción del saber científico y discursos dominantes sobre el cuerpo, donde trataremos de dar cuenta, lo que desde nuestra perspectiva ha sido un tema hasta cierto punto olvidado por las ciencias sociales hasta hace unas pocas décadas. Esta “descripción arqueológica” para ponerlo en términos de Foucault (1969) comprenderá desde la época premoderna, hasta la contemporánea, así como distintas disciplinas epistémicas, como la filosofía, la antropología, la medicina, y con especial énfasis en la sociología.

Así, en la presente investigación se realizará un análisis y crítica a esta visión de la corporalidad y que en el ámbito sociológico ha sido insuficiente, siendo disciplinas como la filosofía, el psicoanálisis, la antropología, entre otras, las que han profundizado y retomado el cuerpo como un tema no solo de las ciencias biológicas, algo que en análisis histórico del cuerpo en las ciencias sociales de Bryan Turner queda plasmado claramente.

Para esta Investigación, habrá tres pilares teóricos, primero, la perspectiva del cuerpo en la modernidad y de una sociología del cuerpo con los trabajos de David Le Breton, como *Antropología del cuerpo y modernidad* (1990) y *Sociología del Cuerpo* (2002) que serán fundamentales, tanto para la introducción y recorrido histórico del cuerpo, como para esbozar la forma de reflexionar a los cuerpos desde las ciencias sociales. El segundo será la producción teórica de Michael Foucault en los tres tomos de *Historia de la Sexualidad* (1998, 2003, 2007), así como *Vigilar y castigar* (2002) con su análisis del poder disciplinario, que utilizaremos para analizar la dinámica del fitness. Y tercero, el estudio de Jennifer Smith Mcguire con su texto *Fit for Consumption* (2002), que hace un estudio minucioso y descriptivo del Fitness

en la sociedad norteamericana, donde nace y se exporta a gran parte del globo, buscando ser “un estilo de vida”.

El tercer capítulo será el más relevante, ya que nos centraremos en el fitness como un fenómeno social que implica al cuerpo, siendo el tema principal de este trabajo.

Para esto, haremos un análisis descriptivo de lo que se entiende como Fitness, y también de las categorías de la teoría del poder disciplinario de Foucault, para posteriormente analizarlas conjuntamente. De igual forma, en la última parte del capítulo buscaremos hacer una reflexión con autores contemporáneos que desde la filosofía buscan replantear la posición ontológica del hombre sobre su cuerpo filosofía como Raimon Panikkar con su texto “la religión, el mundo y el cuerpo” (2014) o Santiago Alba Rico con “Ser o no ser un cuerpo” (2017).

Con esta finalidad, es necesario entender la maleabilidad que puede tomar el cuerpo a fin de poder problematizarlo y ponerlo a discusión junto con las dinámicas que se desarrollan en el mismo y que en la época contemporánea produce, a nuestro entender, una de las formas más evidentes de relación corporal en las sociedades modernas, y que es lo que se conoce como la “Cultura Fitness, un complejo entramado de prácticas que se ven diseminadas, como desarrollaremos más adelante, bajo dos discursos principales, la salud y las apariencias.

Por último, cabe señalar una delimitación fundamental para este trabajo, acerca de las limitaciones que tiene este texto, como es el caso de cualquier trabajo de investigación. La delimitación es referente a un sesgo de género. Si bien, el fitness es el tema central de este trabajo y es una práctica que afecta a los distintos géneros, por la naturaleza misma de esta investigación, carecerá de una perspectiva completa del fenómeno, desde la experiencia femenina o de otras expresiones o identidades genéricas. En el mismo sentido, la perspectiva de las masculinidades, si bien se mantiene como un enfoque reciente que robustece la teoría de género, y tiene un desarrollo relevante sobre el cuerpo masculino, no serán abordados a profundidad en este texto.

Capítulo I: Historia corporal: de lo premoderno al cuerpo en el siglo XXI

En este primer capítulo se realiza una reconstrucción histórica de la forma en que se ha concebido el cuerpo a través de la historia, lo cual, al mismo tiempo, es una oportunidad para desmontar la idea de que el cuerpo es un fenómeno objetivo e inmutable en toda circunstancia, y objeto de estudio exclusivo de las ciencias médicas y biológicas. Según lo señalado por Le Breton en su obra de *Sociología del cuerpo* (2002), el cuerpo es un ente que se ve transformado por la cultura que lo significa, de un carácter subjetivo, que ha tenido muchas formas de ser percibido a través de la historia y los marcos simbólicos del momento., algo que deja de manifiesto en la siguiente idea; “La condición humana es corporal. Asunto de identidad tanto individual como colectiva, el cuerpo es el espacio que se muestra a los demás para que lo lean y lo interpreten” (Le Breton, 2013, pp.9)

Desde esta perspectiva, y para entender de mejor forma las dinámicas en que una realidad objetiva se traduce en el cuerpo, es pertinente hacer una revisión histórica de la visión corporal en las sociedades humanas. El planteamiento es un cuerpo completamente maleable, no solo físicamente por sus prácticas cotidianas, sino su conceptualización y la del individuo en general.

Para lo cual es necesario observar distintos matices que el cuerpo ha tenido a través de los años, también para comprender los procesos histórico/culturales que permiten el surgimiento de una concepción como la moderna, que es el punto de partida de las dinámicas corporales contemporáneas sobre el cual retornamos constantemente.

En este marco, es necesario definir los dos periodos principales que retomaremos en este capítulo, en parte para tener claridad temporal, pero sobre todo para caracterizar y remitir a una forma general de percibir la naturaleza, la sociedad, al ser y por supuesto el cuerpo. Empezando así por lo premoderno, de acuerdo a los que nos señala el García J:

...el ser humano atribuyó inicialmente el origen y la razón de las cosas animadas e inanimadas a los seres y las fuerzas extrañas y poderosas de la naturaleza. Esto generó la aparición de los primeros cultos totémicos, las prácticas mágicas de carácter ritual y los mitos de creación. Dichos mitos de creación ya esgrimían la existencia de los dioses, creencia que evolucionó hasta la formación de las religiones. A este período de la historia humana que se extendió hasta la época del renacimiento, se le denomina premodernidad. (García J, 2006, pp. 2)

Este periodo histórico estará compuesto por distintas sociedades, que como veremos, una parte muy importante de las mismas tienen formas muy distintas de concebir al cuerpo, al igual que sus prácticas, pero su valor intrínseco para el ser será un elemento constante. Posteriormente, llegará una transformación cultural, la modernidad, que será abordada a profundidad más adelante, la cual delimitaría las formas contemporáneas de relacionarse con la corporalidad.

... la secularización del pensamiento europeo y el proceso de desacralización de la naturaleza vista ahora como materia prima, hace que la realidad sea dada al hombre ya maduro bajo su responsabilidad, sus capacidades, su autodeterminación y su voluntad de poder. Esto hace que el "arquetipo" del mundo sea el artefacto construido y ya no la organización natural de los fenómenos [...] Esta época de inseguridad constante para el espíritu humano es a la que se le denomina modernidad (García J, 2006, pp. 2)

Esta escisión, y secularización con la naturaleza, sería un proceso de cambio cultural, que junto al individualismo, y la perspectiva ontológica del ser y su cuerpo, se verían en una clara contradicción con diversas formas de concebir al ser en las sociedades premodernas.

1.1- Lo premoderno y la concepción unificada del ser.

En esta breve revisión histórica, partiremos de las sociedades originarias, de distintas regiones del planeta, que nos dotaran de un panorama más amplio sobre la importancia que la concepción del cuerpo tiene sobre las sociedades, y la necesidad de que sea analizada desde las ciencias sociales. También servirá como un ejercicio de contraste frente a las formas contemporáneas de entender a los cuerpos.

En las sociedades tradicionales, de composición holísticas, comunitaria, en las que el individuo es indiscernible, el cuerpo no es objeto de una escisión y el hombre se confunde con el cosmos, la naturaleza y la comunidad. En estas sociedades las representaciones del cuerpo son, efectivamente, representaciones del hombre, de la persona. (Le Breton, 2002, pp. 22)

Como deja ver Le Breton, en las formas premodernas de concebir al cuerpo, se tenía una relación mucho más íntima y holística con el mismo, este pertenecía a todo un sistema de creencias que le daban sustento tanto al individuo como a la sociedad y su entorno.

Siguiendo el mismo planteamiento, nosotros observaremos a la corporalidad humana, como una cuestión subjetiva y cultural, por lo que toma matices innumerables tanto en su concepción, como en las prácticas que se producen. Para observar esto en su dimensión vivida y práctica, realizamos esta revisión histórica con fines analíticos, la cual abordaremos en dos segmentos principales. Por un lado, las formas en que se experimentó la corporalidad en la época premoderna, tanto en el occidente con ejemplos como Grecia o Roma, como en otras culturas como polinesias y mesoamericanas, y por el otro, el proceso a partir de la modernidad hasta lo contemporáneo, con el auge de la nueva visión ontológica y corporal que se caracteriza por la escisión entre el cuerpo y el alma.

1.2 Mesoamérica, cuerpo y cosmos.

En el continente americano, históricamente, se pueden observar una gran variedad de sociedades y culturas muy sofisticadas, pero sus concepciones compartían ciertos hilos conductores, uno de estos era la relación que se tenía con la corporalidad.

Ser bello era ser saludable. Cada hombre debía mantener en orden, el conglomerado de energías internas y externas que en el sintetizaron, desde los de los dioses hasta de los animales y las propias emociones, radicadas en órganos, como el corazón, centro del pensamiento. la vesícula o el enojado, el hígado, hogar de las pasiones y un par de riñones, relacionados con el goce corporal sexual.” (Corvera, 2015, pp. 2-3)

El cuerpo en las culturas mesoamericanas, al igual que en la mayoría de las culturas premodernas, como lo deja ver Javier Corvera (2015), es un elemento altamente simbólico, indisociable de su entorno, de la divinidad, el mismo ser se vuelve un ente divino, y convive en equilibrio con las criaturas que habitan el mundo desde un punto de vista ontológico. El hombre y la mujer forman parte del universo, en una homogeneidad con los demás seres vivos, un cuerpo relacionado con la naturaleza en su conjunto.

En las culturas mesoamericanas se hace evidente otra cuestión fundamental: no hay una disociación entre el cuerpo y el espíritu o alma, como en la lógica de la modernidad, que se verá más adelante. En esta concepción son una sola, las emociones, el raciocinio, el deseo, etc., tienen una conexión directa con los órganos corporales, no hay conflicto entre las distintas dimensiones de la existencia, aquí conviven, se complementan, y se mezclan. Un cuerpo que formaba parte del entorno, en consonancia con la divinidad y los demás seres vivos.

Para fusionar aún más el organismo humano con la naturaleza, hay versiones de que el primero era comparado con la montaña del origen de los pueblos, Chicomoztoc la cual contaba con siete orificios, equivalentes a los dos cuencos oculares, dos fosas nasales, la boca, el ano y el ombligo. En otra versión se asume al 13 como número sagrado, agregando a los orificios anteriores, los dos meatos auditivos externos, las axilas, el meato urinario y la mollera. El hombre mesoamericano, creado de maíz en algunos mitos, de hueso y sangre divina en otros, estaba pues identificado plenamente con el cosmos. (Corvera, 2015, pp. 3)

El cuerpo es fundamental para todo su sistema de creencias, donde existía una fundamentación circular de las deidades con el cuerpo, los cuerpos tienen una conexión indisociable con la cosmovisión, y que permite una realidad compleja del individuo, como un ser en sí, y como ser para él todo. Lo anterior a un nivel cosmogónico del lugar del ser en el universo es primordial, pero al mismo tiempo es fundamental entender la dimensión ontológica, no existe disociación entre la razón o la capacidad espiritual con la corporalidad, un sistema completamente integrado, el ser en sí y el ser con el todo.

Se tiene entonces que la concepción del cuerpo humano y su belleza en la época prehispánica se fundamentaban en las formas naturales, tendientes a la

voluptuosidad, en el funcionamiento tanto de su parte densa-física como de la ligera-espiritual en armonía individual con el universo. (Corvera, 2015, pp. 5)

La clara forma en que se ligaba la corporalidad en todo el sistema de creencias no sería exclusivo de las sociedades del continente americano, será una constante, aunque no absoluta, en las sociedades premodernas.

1.3 Los canacos y la analogía corporal.

Las concepciones corporales que conectaban al individuo con su entorno, eran una constante en el mundo premoderno, en Nueva Caledonia, isla ubicada en Oceanía, el etnólogo francés Maurice Leenhardt realizó un estudio de la tribu Canaca, donde podemos observar por un lado una forma muy particular de entender la corporalidad humana, pero por otro las similitudes existentes con las culturas mesoamericanas.

¿Acaso es por azar que la mayoría de los nombres de las partes internas del cuerpo procede del reino vegetal? ¿Se trata solamente de analogías de formas? ¿O hay quizá en este hecho una significación profunda que será necesario aclarar? Esta nomenclatura vegetal no es, en absoluto, obra del azar. Ella revela tan sólo una identidad de estructura y una identidad de sustancia entre el hombre y el árbol. (Leenhardt M, 1997, pp.40)

Leenhardt observó en su investigación que, en sus sociedades los términos del cuerpo no son exclusivos, son los mismos que se usan para frutas, árboles y otros elementos de la naturaleza que los rodeaba, una relación análoga con la naturaleza, un brazo humano conectado epistémicamente a una rama, etc. Las investigaciones de Leenhardt muestran una simbología corporal muy particular, la cual sería retomada por diversos autores contemporáneos, como el mismo Le Breton.

Los canacos no conciben al cuerpo como una forma y una materia aisladas del mundo: el cuerpo participa por completo de una naturaleza que, al mismo tiempo, lo asimila y lo cubre. El vínculo con lo vegetal no es una metáfora sino una identidad de sustancia. Muchos ejemplos tomados de la vida cotidiana de los canacos ilustran el juego de esta semántica corporal. Se dice de un niño raquíptico, por ejemplo, que “crece amarillo”, como de una raíz debilitada por la falta de savia. (Le Breton, 2002, pp. 17)

La visión de los canacos se caracterizó por una analogía corporal con los árboles y su entorno, donde los individuos se veían diluidos en la colectividad, la existencia era sólo a través de la relación con los otros y lo que les rodeaba, el cuerpo no

existe, se confunde con el mundo. Las reflexiones que realiza Leenhardt sobre la forma en que los Canacos, y en general sociedades premodernas, desde un punto de vista antropológico, nos brindan mayor luz a la experiencia vivida de estas dinámicas corporales.

Cuando el hombre vive en la envoltura de la naturaleza y todavía no se ha separado de ella, no se esparce en ella, sino que es invadido por la naturaleza y solamente a través de ella se conoce a sí mismo. No tiene una visión antropomórfica, sino que queda sometido, por el contrario, a los efectos que produce una visión indiferenciada que le hace abarcar el mundo total en cada una de sus representaciones, sin que intente distinguirse él mismo de este mundo. Se podría hablar de una visión cosmomórfica. A sus ojos se corresponden, entonces, la estructura de la planta y la estructura del cuerpo humano: una identidad de sustancia los confunde en un mismo flujo de vida. El cuerpo humano está hecho de la misma sustancia que verdea el jade, que forma las frondosidades, que hincha de savia todo lo que vive, y estalla en los retoños y en las juventudes siempre renovadas. Y porque se halla totalmente repleto de estas vibraciones del mundo, el cuerpo no se diferencia de él (Leenhardt M, 1961, pp. 35-36).

1.4 Cuerpo, entorno y tatuaje en la polinesia.

Continuando en el continente asiático, las tribus de los pueblos polinesios, existe otra forma de corporalidad que toma un matiz muy distinto en sus formas, pero que sigue la misma dinámica característica de sociedades premodernas de integración con el cosmos es la de las tribus polinesias.

En la Polinesia donde se entendía que la persona no nacía arraigada en su carne sino como una suma de fragmentos interconectados, el cuerpo se veía como un conjunto de entidades separadas y el tatuaje venía a sellar la unidad de la persona (Le Breton, 2013, pp.11)

En estos casos se pone en evidencia la relación identitaria del cuerpo y el cosmos, tanto con la naturaleza como en un sentido gregario, social y de pertenencia, ya sea por procesos ritualísticos como el tatuaje, ritos y ceremonias de paso, deformaciones corporales, ornamentos, entre otros o relaciones ontológicas con la naturaleza, con animales o plantas, objetos celestes, los alrededores, etc.

Tal y como expone la cuestión Turner, el cuerpo ofrece de por sí una amplia superficie apropiada para exhibir públicamente marcas de posición familiar, rango social, afiliación tribal y religiosa, edad, sexo. Esta contingencia la aprovechan al

máximo las sociedades premodernas fijando de modo permanente los atributos sociales de los neófitos por medio de ceremonias de rituales que implican a menudo alguna transformación física del cuerpo. (Le Breton, 2002, pp.130)

En las sociedades tradicionales las representaciones del cuerpo son aquellas del ser como una entidad compuesta, de la persona en general, una imagen de sí nutrida por el cosmos y los alrededores, un elemento de comunión con lo que le rodea, un vector de inclusión con todo un sistema de creencias, por el contrario, en las sociedades occidentales el cuerpo es el elemento aislable y aislante, es la barrera que nos diferencia, que nos distancia con los demás, y nos incomoda, como lo mencionara Durkheim, es el primer factor de individuación.

1.5 Occidente premoderno y el dualismo primigenio de Grecia al renacimiento.

En esta revisión histórica, es necesario resaltar que la sociedad premoderna que más influencia ha tenido sobre las sociedades contemporáneas es la griega, tanto en la cultura occidental como en la forma en que se concebiría el cuerpo posteriormente. Dado lo anterior, es relevante profundizar en su análisis.

Lo que conviene resaltar es que, si el cuerpo apenas empezó a ser objeto de conocimiento en la Grecia antigua, en cambio alcanzó ahí una posición central como objeto de emoción estética. El esplendor de la belleza corporal se veneraba sin límites. La desnudez, como ha dicho el historiador Lecky, era emblema de dignidad, no de vergüenza; por eso la mayor adulación para los emperadores consistía en representarlos desnudos en su apoteosis. (González C., 2003)

Como lo delimita González Crussi (2003), en la sociedad griega hubo un interés, e incluso un culto al cuerpo desde la perspectiva artística muy importante, y que trascendería en su dimensión estética, tanto en la expresión artística que plasmo los cuerpos de forma magistral, como en la corporal, cuestión fundamental para lo que abordaremos más adelante, el Fitness.



Laocöon y sus hijos siglo 1 D.C

El cuerpo se volvió una parte fundamental de la experiencia estética, los cuerpos encontrados como bellos eran venerados e inmortalizados en obras artísticas, sobre todo en obras plásticas como lo son las esculturas, pinturas, alfarería, etc., no obstante, también a través de un cuerpo trabajado constantemente, no solo por su apreciación estética, sino también por su potencia, utilidad, capacidad de ejercer violencia de forma efectiva y la resistencia ante las adversidades, que se manifiesta

en obras literarias heroicas fundamentales para la historia literaria, y de las ideas en general como la odisea y Ilíada de Homero, cuestión que se vería reflejada también con la representación de

Esta presencia del cuerpo, anunciada en la literatura homérica, se fundamentará en la idea de que la salud, la belleza y la juventud del cuerpo son los bienes supremos que debemos preservar. La enfermedad era vivida de forma muy negativa, mientras que la belleza y la destreza corporal de los ganadores de las olimpiadas fue durante algunos siglos patrimonio de la humanidad. El cuerpo entendido como bien supremo tendrá su traducción en la vivencia intensa de la sexualidad que ha de permitir llegar a este estado supremo de bienestar. (Planella J., 2017, pp.46)

Otro elemento de contraste en la sociedad griega, que es fundamental resaltar, es la ausencia de un tabú generalizado con la sexualidad, la desnudez o la genitalita, que en la historia de la corporalidad en occidente se encuentra muy marcada; por el contrario, existía una apreciación de los cuerpos generalizada. Otro elemento a resaltar que difiere claramente con la concepción contemporánea son sus conceptos referentes al cuerpo.

En lo que al cuerpo del hombre se refiere, conviene distinguir los términos griegos Sarks (SARKOS) y Soma (SOMATOS). El primero hace mérito de la carne, de aquello vivo o muerto, que es putrescible; en cambio, entre los diversos significados de soma, están la substancia, fundamento, él todo, unidad. Sarks se presta para recibir los atributos de cárcel, tumba o instrumento del alma y soma se nos presenta como el aspecto material que hace posible a la expresión substancial del hombre; es decir, en lo cual (y no por lo cual) él, el hombre, alcanza su actualización concreta, su existencia, su entelequia. (Ezcuardia H., 2007, pp. 59-60)

Los conceptos con los que se definía al cuerpo dan muestra de una concepción muy distinta del cuerpo, tener una definición distinta de cuerpo vivo a cuerpo muerto es ya una distinción fundamental, pero plantear un concepto de cuerpo como “*substancia, él todo, unidad*” es un posicionamiento ontológico holístico, como en los casos ya mencionados en Mesoamérica o en Asia. En este texto el concepto que se tenga de cuerpo será fundamental para entender la concepción y las dinámicas corporales en general.

Esta definición ambivalente es muy esclarecedora, por un lado, la comprensión de la materialidad corporal, “de la carne” que es lo que permanece después de la muerte se delimita como *sarkos* y por el otro lado *soma*, hace referencia a una

totalidad, el cuerpo no como un ente aparte, sino como parte del todo, que le da al hombre la posibilidad de la existencia.

Teniendo en cuenta lo anterior, hay que entender en la “sociedad griega” distintas corrientes, ya que se conformó de distintas provincias con diferente nivel de desarrollo, y también que misma duró cerca de un milenio. Con esto en mente, en Grecia se gestó una visión filosófica distinta del cuerpo, de la cual Platón, sería una de las primeras y más relevantes expresiones, y que se caracterizaría por su forma dualista, que posteriormente, sería una de las influencias fundamentales para la concepción moderna, el mecanicismo y particularmente Rene Descartes.

Platón nos deja, pues, como legado una antropología filosófica dualista que será alimentada por muchas tradiciones hasta llegar a nuestros días. Una antropología dualista que ha hecho ver al hombre que lo fundamental que tenía que cuidar era su alma y que lo que le podía impedir su llegar al máximo esplendor de este cuidado anímico era, precisamente la encarnación del cuerpo que vivía (Planella Jordi, 2017, pp.49)

Para Platón el cuerpo será la prisión del alma que no le permitirá el desarrollo pleno de lo fundamental del hombre, que será el alma. En el desarrollo posterior de la cultura griega, su filosofía y en específico la filosofía del cuerpo, Aristóteles retoma la concepción de Platón y que irá cambiando, pasando de ser una prisión del alma, a un instrumento de la misma, hasta concluir que cuerpo y alma son una sola.

En el continuo desarrollo de la cultura corporal en occidente, se puede rastrear a la sociedad Romana, en particular en el naciente cristianismo, un fuerte proceso de estigmatización. El cuerpo, y su fisiología fundamental se comenzará a ver de mala forma, con claros ejemplos como el rechazo en la sexualidad, a la desnudez, a los procesos naturales de excreción y deshechos entre muchos otros.

Posteriormente en el desarrollo de las sociedades occidentales, hubo una influencia cada vez mayor por el cristianismo que se propagó rápidamente por el continente europeo, un cristianismo que tuvo un efecto evidente en la visión de la corporalidad.

En la cultura cristiana los cuerpos han de ser respetados porque han sido creados por dios y solamente dios puede modificar e intervenir en estos cuerpos. La visión

teocéntrica de la vida construirá un modo corporal que vendrá marcado por las enfermedades y las plagas que afectaran a buena parte de Europa [...] En el dualismo medieval lo carnal (el cuerpo) será incompatible con lo espiritual (el alma). Los hombres han de ser capaces de huir de lo carnal para buscar la pureza del Alma. (Planella J., 2017. pp.53)

En este periodo histórico el cuerpo no deja de ser visto desde una perspectiva muy simbólica y metafórica, sigue caracterizándose por el carácter vinculante que tiene el cuerpo, que dota de sentido identitario y estatus y crea una conexión con la sociedad respectiva, el cuerpo es una creación divina que debe ser respetada y controlada.

Es en este periodo donde se instaura el control de la sexualidad de forma más evidente, sostenido en la contraposición que especifica Pianella (2017) *“lo carnal del cuerpo y lo espiritual del alma”*. Al mismo tiempo habrá un uso metafórico político del cuerpo, donde se relacionan partes del cuerpo, con elementos constitutivos de la constitución política de la sociedad, siendo la cabeza la realeza, la aristocracia el corazón, el pueblo los pies, etc.

En efecto, el advenimiento del cristianismo coincide con una era de desvalorización del cuerpo. Pero ello no se debió sólo al cristianismo. Ya entre los griegos había surgido la idea de que el cuerpo era algo desdeñable. Plotino, el máximo exponente del neoplatonismo, se rehusaba a posar para un retrato, porque decía estar avergonzado de tener un cuerpo, y no veía la razón de inmortalizar esa vergüenza degradante. (Gonzales C., 2003)

A partir del auge del cristianismo se puede observar un cambio valorativo sobre la forma en que se concebía el cuerpo en las sociedades occidentales, acompañado del dualismo primitivo característico de la corriente platónica, y sustentado en el cristianismo, vendrá otra ola de estigmatización sobre el cuerpo.

Esta desvalorización es evidente en la relación causal que hace el cristianismo entre el cuerpo y el pecado, es decir, el “pecado original” inerte en la naturaleza misma, así el cuerpo se volverá el recipiente de la maldad, los vicios y pecados, que tendrá que ser purgado por distintos métodos, incluso llegando al culto de la flagelación y sufrimiento corporal. Esta forma de concebir el cuerpo se volvería predominante en el mundo occidental hasta la llegada de la modernidad.

En tanto que la teoría médica conceptualizaba al cuerpo humano con referencia a analogías mecanicista, en donde la enfermedad era el efecto de causas físicas conocidas, era característico de la crítica cristiana de la medicina galénica subrayar la importancia del paciente como individuo vinculado de forma singular con el entorno natural y social. (Turner B., 1989, pp.106)

1.6 La invención del cuerpo en el renacimiento

Hemos visto hasta ahora cómo el cuerpo, en términos históricos ha sido muy polifacético, tomando muchos matices, pero siempre cargado de simbolismos, con una fuerte conexión al sistema de creencias de la sociedad, teniendo casi de manera generalizada un estatus divino, pero esto tendría un cambio radical en el proceso de transformación cultural que significaría el renacimiento suscitado desde el siglo XV en Europa occidental.

El renacimiento puede ser caracterizado de manera preliminar atendiendo a las siguientes condiciones: el recelo que primó en la sociedad, principalmente, en los grupos letrados respecto a la cultura medieval; la síntesis de la cultura clásica; los procesos de innovación y renovación cultural y económica y, los procesos de continuidad de la cultura medieval, en un claro ascenso y transformación, pero no de ruptura total (Venegas M, 2004, pp. 27)

Como manifiesta Venegas (2004), el renacimiento se caracterizó por una serie de cambios culturales y antropológicos, como de una concepción teocéntrica a una antropocéntrica, donde se sentarán las bases del individualismo, aunado también a una serie de cambios muy importantes al nivel de los cuerpos, como señala Planella;

El giro en la concepción cristiana-medieval es real y simbólica. Ya no es necesario que los cuerpos sean escondidos y por lo tanto negados, ahora su forma puede ser lúcida y mostrada [...] Esta liberación corporal verá su fruto en el campo de la medicina, ya que las prohibiciones, miedo y malestares al lado de la intervención del cuerpo dejarán paso a lo que Le Breton ha denominado como la época de la anatomización del hombre. (Planella Jordi, 2017, P.56)

La Medicina y la Anatomía tendrán en este periodo la revolución epistemológica que sentaron las bases de lo que son hoy la desacralización y liberación hasta cierto punto del cuerpo, lo cual plantea Planella (2017), fue lo que permitió una mayor libertad para la exploración de los cuerpos, un relajamiento de los designios

cristianos (que si bien estigmatizan el cuerpo, formaba parte de la creación divina) sobre el cuerpo y sobre todo de los cadáveres, que se tradujo en nuevas formas de cuidado corporal en vida y postmortem.

Este proceso será fundamental en el desarrollo, por un lado, del arte, El renacimiento representa a una época de glorificación del cuerpo, a través de la influencia muy marcada de los cánones de belleza griegos. Estos procesos sentarán las bases de la transformación del cuerpo, para llegar hasta la concepción del cuerpo mecanicista de Descartes, que, con sus matices, representa el concepto moderno. Es un proceso que queda ejemplificado de manera magistral en la novela *Opus Nigrum* (1968) de Marguerite Yourcenar, que retrata la vida de Zenon en este proceso transitorio entre la edad media y la modernidad.

En la estancia impregnada de vinagre en donde hacíamos la disección de aquel muerto, que ya no era ni el hijo ni el amigo, sino tan sólo un bello ejemplar de la maquina humana, sentí por primera vez la impresión de que la mecánica, por una parte, y el Gran Arte, por otra, no hacen más que aplicar al estudio del universo las verdades que nos enseñan nuestros cuerpos, en los que se repite la estructura del Todo. (Yourcenar M, 1968, pp. 80-81)

Este fragmento tiene una inspiración arraigada en el momento histórico mencionado, haciendo referencia a uno de los primeros procesos que remiten a las prácticas de disección corporal y análisis anatómicos que fueron cada vez más comunes, y que tuvo como precursor y padre de la anatomía moderna a Andrés Vesalio, es tal que no solo menciona que es una de las inspiraciones para crear al personaje Zenón (junto con Da Vinci, Galileo, y Giordano Bruno, representantes del mismo proceso cultural), sino que lo menciona directamente en la obra antes citada.

El viejo poseía un tratado de anatomía publicado veinte años atrás por Andreas Vesalio, quien, como Zenón, había luchado contra la rutina galénica en favor de un conocimiento más completo del cuerpo humano. Zenón sólo vio una vez al famoso médico, que después hizo una brillante carrera en la corte antes de morir de la peste en Oriente; confinado en su especialidad médica, Vesalio sólo temía las persecuciones de los pedantes, que, por lo demás, no le faltaron. Él también había robado cadáveres y se había hecho del interior del hombre una idea basada en los huesos recogidos en la horca y en las hogueras. Otras veces, de manera más descarada todavía, al embalsamar a un alto personaje, le quitaba a escondidas un

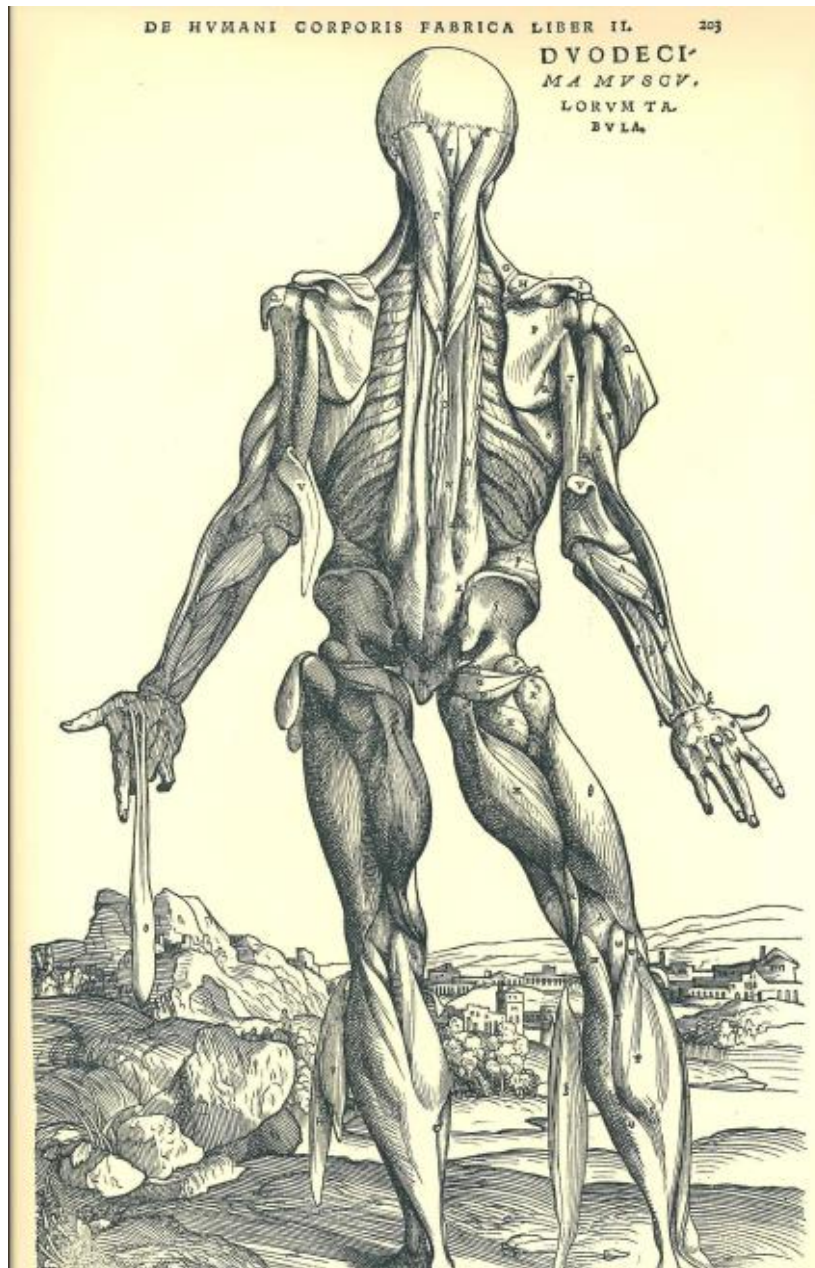
riñón o el contenido de un testículo, reemplazándolo con unas hilas, sin que nada después indicara que aquellas preparaciones procedían de sus altezas. (Yourcenar M, 1968, pag. 146,)

Este texto de Andreas Vesalio, que menciona Yourcenar es el de *Humanis Corporis Fabrica* escrito en 1543, que fue un parteaguas por el contenido del libro, representa de forma magistral todo el proceso de cambio cultural en la visión de los cuerpos, precursor de su desacralización, y su liberación al estudio y la ciencia.

Andrés Vesalio (1514-1564) es considerado el padre de la anatomía, ya que es autor del libro de anatomía más influyente en la historia de la medicina. Su obra principal, *De Humani Corporis Fabrica*, publicada en Basilea en el año de 1543, consta de 869 páginas y más de 300 dibujos anatómicos. Está dividida en libros; el primero trata de huesos; el segundo, sobre músculos y articulaciones; el tercero, de arterias y venas; el cuarto, de nervios periféricos; el quinto, de abdomen y órganos de la reproducción; el sexto, de tórax y corazón; el séptimo trata del cerebro. Este último contiene 17 xilografías que muestran diferentes cortes cerebrales, incluyendo señalamientos y descripción funcional. (Alcocer J., 2015, pp.. 199)

La obra de *De Humani Corporis Fabrica* es una revolución por sí sola, pero más allá de lo que significó para la ciencia de la medicina, o la solidificación de Vesalio como padre de la anatomía moderna, fue un referente para una transformación radical del cuerpo. En esto coinciden Pianella y Le Breton, denominándolo como el proceso de “anatomización del cuerpo” y “la invención del cuerpo”, que lo fueron conceptualizando como algo inerte y separado del individuo. *De Humani Corporis Fabrica* es considerada una de las obras más influyentes de la ciencia moderna y tuvo una gran influencia para la filosofía de su tiempo.

“Al cortar la carne, al aislar el cuerpo, al diferenciarlo del hombre, se distancia también de la tradición. Pero se mantiene, aún, en los límites del individualismo y en un universo precopernicano [...] la invención del cuerpo como concepto autónomo implica una mutación de la situación del hombre” (Le Breton, 2002, pp. 56-58)



(Vesalio A., 1940, pag.203)

La fábrica de Vesalio plantea la necesidad de superar los obstáculos mentales que se han tenido, ver al cuerpo como virtualmente distinto al hombre. Algo que es notable en los grabados de su obra de la, y que el mismo Le Breton observa, es este el momento transitorio de la transformación cultural, donde por un lado se aboga por ver al cuerpo como algo separado, pero un sentimiento de angustia y culpa pareciera rodear las disecciones y sus representaciones, se puede observar

en algunos grabados, la imposibilidad de plasmar los cuerpo como inertes despojos inhumanos.

“Al cortar la carne, al aislar el cuerpo, al diferenciarlo del hombre, se distancia también de la tradición. Pero se mantiene, aún, en los límites del individualismo y en un universo precopernicano [...] la invención del cuerpo como concepto autónomo implica una mutación de la situación del hombre” (Le Breton, 2002, pp. 56-58)

Esto también crearía un cambio en la axiología corporal, el rostro tomará el valor identitario característico de las sociedades contemporáneas, la boca queda relegada ante los ojos. El auge de los retratos en el siglo XV, el deslizamiento en el arte de la celebración religiosa a lo profano, el desapego de las representaciones corporales dictadas por la iglesia, y como lo analiza Le Breton (2002), el rostro se vuelve el marco de referencia de la individuación, la parte más diferenciada, la marca del individuo. El cuerpo deja de ser cuerpo colectivo para ser un cuerpo para sí.

Todo este proceso, tanto anatómico como artístico no solo es fundamental por sí mismo, es un movimiento de transformación cultural en el que una de las mayores influencias la de Rene Descartes y su concepción mecanicista del cuerpo, sin la disección, que el mismo Descartes práctico, no hubiera sido posible el posterior mecanicismo. David Le Breton a este suceso le denomina la “invención del cuerpo moderno”, una invención que evidentemente no es literal, sino solamente en su concepción separada de lo espiritual, que se da en el discurso moderno, y que será posteriormente Descartes quien lo analiza teóricamente y le da sus fundamentos filosóficos.

Este proceso, debe ser considerado como paralelo al proceso del individualismo como perspectiva dominante en las sociedades, que se iría formando hasta su auge en la modernidad, algo que manifiesta claramente Jordi Planella;

...Pero a pesar de todas estas percepciones que nos proponen diferentes miradas del cuerpo cristiano- desde el cristianismo primitivo hasta la edad media- no producirá que el cuerpo se conciba separado del hombre. El hombre seguirá unido a lo comunitario, a lo cósmico donde se encuentra inserido. Para que pueda existir

una individualización del hombre, que tenga lugar a través de la materia, será necesario esperar hasta el desarrollo del individualismo, especialmente a partir de la modernidad. (Planella Jordi, 2017, P.56)

Lo que pone Planella de manifiesto es crucial, la disección corporal y su desacralización es solo una parte del proceso, la otra pieza clave tendría un trasfondo primordialmente filosófico y ontológico.

En las visiones corporales hay un punto referencial con el proceso de la modernidad, que se vería representado con el trabajo de uno de los que se consideran como padre de la misma, René Descartes (1977) , y que a través de la corriente de pensamiento del mecanicismo, se instauraría un nuevo paradigma en la visión corporal de la cultura occidental, como sustentaremos más adelante, el cual producirá una serie de nuevas dinámicas corporales, al igual que una serie de dominaciones y abusos sobre los cuerpos, tanto en los humanos como en los animales, basándose en una corporalidad desprovista de todo valor intrínseco, un objeto más.

...Y aunque acaso (o mejor, con toda seguridad, como diré en seguida) tengo un cuerpo al que estoy estrechamente unido, con todo, puesto que, por una parte, tengo una idea clara y distinta de mí mismo, en cuanto que yo soy sólo una cosa que piensa — y no extensa— , y, por otra parte, tengo una idea distinta del cuerpo, en cuanto -que él es sólo una cosa extensa - -y no pensante— „es cierto entonces .que, ese yo (es decir, mi alma, por la cual soy lo que soy) , es enteramente distinto de mi cuerpo, y que puede existir sin él. (Descartes, 1977, P. 66).

Desde esta visión del mecanicismo, en primer lugar se hace una bifurcación, entre el cuerpo y el “espíritu”, desde esta perspectiva le daría al “espíritu” la preponderancia en las “virtudes humanas” siendo por sobre todas ellas la razón y el cuerpo se vería reducido a “una máquina” imperfecta que solo tiene como fin el servir al espíritu como medio.

Esto crea una transformación del cuerpo en cuanto a su simbolismo y su significación, inevitablemente viéndose reflejado en elementos del mismo que cobran importancia y una valía cada vez más preponderante, como lo fue la capacidad racional, y los medios por los que se cultiva, particularmente los sentidos,

mientras que otros se vuelven insignificantes o incluso molestas como las labores manuales, la expresión fisiológica del cuerpo, secreciones, etc. La relevancia de este cambio la expreso claramente Bryan Turner; “El cuerpo, en tanto elemento visible de la persona a la que le da su rostro, solo aparece en las estructuras sociales de tipo individualista en las que los actores están separados unos de otros” (Turner B., 1994, pp.32)

Otro de los elementos centrales en la visión del cuerpo se enlaza con uno de los elementos más característicos de la modernidad, la individualización, tanto la nueva concepción corporal, como el auge del individualismo son procesos simultáneos que se complementan y que no pueden concebirse por separado, la relación de unos cuerpos con otros se verá plagada cada vez más de un sentimiento de incomodidad y desconfianza, como una barrera que mantiene a los otros a raya.

...los avances médicos en anatomía facilitarán la recuperación de la antropología dualista, ahora matizada por las ideas de Descartes, y provocarán que el cuerpo del hombre moderno se convierta en cuerpo mecanizado, anatomizado y alejado de la concepción antropocéntrica del renacimiento. (Planella Jordi, 2017, pp. 56)

En la modernidad, el cuerpo se vuelve la parte menos humana del ser, el cuerpo solo se salva de la animalidad por el alma y la razón humana, el cuerpo es un sobrante que por sus capacidades limitadas no deja al hombre alcanzar su potencial, se vuelve la parte que está más axiológicamente alejada del hombre.

En el contexto cotidiano se puede observar cada vez más la estigmatización que sufren los cuerpos, sus reacciones naturales, sus necesidades fisiológicas, y sus procesos fisiológicos, al igual que la instauración de mecanismos de control. Si bien pueden atribuirse algunas a procesos culturales muy específicos, vendrá sobre todo por dos vías coercitivas, el derecho canónico y el penal, es decir, por un lado reflejado en la moral de una sociedad por medio de la estigmatización y por el otro en crímenes que deben ser castigados por medio de las leyes.

Como hemos visto hasta ahora, la concepción corporal representó por siglos la forma de relacionarse con lo que nos rodea, una conexión con la naturaleza, una parte sustantiva de la existencia humana, la cual en la modernidad se ha

transformado en una relación que busca la dominación y superación de sus limitaciones.

Esta forma de relacionarse con la corporalidad tuvo su expresión también en la relación de la humanidad con los animales, lo cual se vería reflejado en lo que el mecanicismo denominará *animal máquina*. Aquí, el resultado de la tesis mecanicista es aún más radical, convierte al animal en una máquina desprovista de toda razón o valor inherente, en una clase de autómatas a ser utilizado sin necesidad de reflexiones morales de ningún tipo. Esto será un sustento fundamental sobre el nivel de explotación animal que se verá en las sociedades contemporáneas.

Descartes, al negarle cualquier tipo de sensibilidad al animal, justifica la gran cantidad de disecciones y vivisecciones de animales que hizo durante toda su vida para comprender mejor “la máquina del cuerpo (justifica también que el hombre utilice sutilmente a los animales y los experimentos de los hombres de ciencia con ellos: ¿Como un mecanismo podría sufrir? (Le Breton, 2002, pp. 76)

De igual forma, en el desarrollo de la corporalidad en la modernidad, la sexualidad se transformó en parte fundamental de la relación del individuo y lo social con el cuerpo. En los siglos XIX y XX esto se tradujo en la instauración de una serie de discursos que se caracterizó, como menciona Foucault en su texto de *“historia de la sexualidad”* (1998), “por su multiplicación, la dispersión de las sexualidades, la implantación múltiple de las prácticas de la perversión y las sexualidades periféricas”, esto es especialmente trascendental y revolucionario en el control de las prácticas corporales, y que tendrá su crisis en la segunda mitad del siglo XX .

A fines de los años sesenta, la crisis de la legitimidad de las modalidades físicas de la relación del hombre con los otros y con el mundo tomó una amplitud considerable con el feminismo, la “revolución sexual”, la expresión corporal, el body-art, la crítica deportiva, el surgimiento de nuevas terapias que proclamaban en alta voz la voluntad de dedicarse solamente al cuerpo, etc. Un nuevo imaginario del cuerpo, lujurioso, penetró la sociedad, ninguna parcela de la práctica social salió indemne de las reivindicaciones que tomaron impulso a partir de una crítica de la condición corporal de los actores [...] ...el cuerpo se “libera” sin que se sepa bien en qué se convierte el hombre (¿su dueño?) al que, sin embargo, le confiere su consistencia y su rostro. En este discurso el cuerpo está planteado no como algo indiscernible del hombre, sino como una posesión, un atributo, otro, un alter ego. (Le Breton, 2002, pp. 10)

En esta década de los 70 por cuestiones coyunturales, hubo una serie de crisis muy importantes en las modalidades en que los individuos se relacionaban con su corporalidad y entre sí, la dominación sobre los cuerpos y su sexualidad. Este proceso histórico estuvo impulsado en principio por los distintos movimientos que se suscitaron en el año de 1968, por el feminismo, la revolución sexual, la exploración corporal, nuevas relaciones con el concepto de salud, etc.

Un proceso que aparentaría una liberación del cuerpo, pero como menciona Le Breton, derivaría en ver al cuerpo como un “*alter ego*”, como un bien, y que continua su control y dominación sin alteración desde las dinámicas del poder. Se produce así, una aparente apología del cuerpo dualista, se libera al cuerpo de su tabú en el lenguaje, pero el sujeto sigue teniendo una relación de propiedad con el cuerpo, éste se mantiene separado del alma, en resumen, este cambio representa solo una nueva forma del dualismo, una adecuación a raíz de las crisis suscitadas.

1.7 El cuerpo en el siglo XXI

En las sociedades modernas, como ya vimos, el hablar del cuerpo es casi materia privilegiada de la medicina moderna, existe un saber oficial que prevalece sobre las demás formas alternas de conocimientos corporales y que se disemina y abarca cada vez más espacios.

Se ha creado todo un sistema que descalifica y niega conocimientos alternativos, delimitándolos como supersticiones o pseudociencia, aunque siguen existiendo nichos de concepciones premodernas y o alternativas del cuerpo. Le Breton observara que la visión epistemológica del cuerpo del hombre común en la sociedad moderna será como un *collage* surrealista donde conviven varios fragmentos de concepciones muy distintas.

... ni siquiera en nuestras sociedades occidentales hay unanimidad respecto de las concepciones del cuerpo. Las hay más difusas, más o menos familiares o coherentes, que siguen teniendo influencia sobre los sujetos, y alimentando las medicinas tradicionales (magnetizador, manosanta, etc.) o las “nuevas” medicinas (acupuntura, auriculoterapia, osteopatía, homeopatía, etc.)(Le Breton, 2002, pp. 6).

Esto representa una falta de fundamentación clara de su filosofía ontológica, un sinfín de prácticas disimiles conviviendo en la misma sociedad, un “collage surrealista”, solo en una sociedad así se pueden concebir lugares físicos como pueden ser clubs deportivos y gimnasios, donde conviven sin aparente contradicción prácticas como la halterofilia, yoga, pilates, y meditación.

Hasta ahora hemos podido observar en el proceso histórico de la sociedad contemporánea el desarrollo de la visión dualista del cuerpo y los siglos de estigmatización del cuerpo, que han derivado en construcciones poco realistas y superficiales por medio de la publicidad, y como abordaremos con mayor detalle más adelante, en la estigmatización a la obesidad y al sedentarismo, la obsesión con la juventud y el terror al envejecimiento y la enfermedad, que han hecho que el cuerpo en la modernidad occidental se vuelva una molestia, como menciona Le Breton en *La sociología del cuerpo* (2002), “en un estorbo que no nos deja pasar desapercibidos por el transporte, por las calle, etc. se crea así un lenguaje corporal sobreentendido basado en la lejanía”.

Los momentos donde el cuerpo se vuelve central se convierten en situaciones marginales de la vida social, momentos de escape en lugares delimitados para dicha tarea, como son los lugares especializados para el cuerpo, que van desde los consultorios médicos, hasta los gimnasios y que tienen un objetivo de poder específico, pero que al salir de esa coyuntura se regresa al distanciamiento tanto con los otros, como con nuestro propio cuerpo.

El mundo desencantado aspira a nuevas espiritualidades: se ejerce un proceso de re-simbolización que a menudo funciona como un simulacro, objeto de una considerable inversión psicológica y que está basado en un amplio abanico de representaciones del cuerpo desarraigadas de su suelo original, de la filosofía y de los modos de vida que otorgaban sentido, simplificadas, a veces, hasta llegar a la caricatura, transformadas en procedimientos técnicos. (Le Breton, 2002, pp.88)

Como deja ver Le Breton (2002) la concepción occidental tiene un problema ambivalente con el cuerpo, lo niega y busca más que otra cosa superarlo (esto se vuelve cada vez más evidente con los avances tecnológicos que se concentran en

el cuerpo), es este desprecio que precede a la misma modernidad, que se encuentra también el temor a la muerte que se ve como su más grande falla.

Un ardid de la modernidad hace pasar por liberación de los cuerpos lo que sólo es elogio del cuerpo joven, sano, esbelto, higiénico [...] Los valores cardinales de la modernidad, los de la publicidad, son los de la salud, de la juventud, de la seducción, de la higiene [...] De este modo se explica el éxito actual de las prácticas que sirven para ejercitar el cuerpo (jogging, gimnasia, bodybuilding, etc.). (*Le Breton, 2002, pp.133-134.*)

En Conclusión, de este breve recorrido por algunas de las formas en que se ha concebido el cuerpo, se plantea la necesidad de que la corporalidad sea entendida desde su dimensión subjetiva, construida desde lo social a partir de una realidad biológica y física, que por ende, esta posición se contrapone ante la existencia de una corporalidad fáctica objetiva e incontrovertible.

Observamos que lo que se vive hoy desde el cuerpo y la concepción contemporánea ha sido producto de un desarrollo lento y constante, que data desde los principios del dualismo griego con Sócrates y Platón, pasando por la estigmatización cristiana, el renacimiento, el ascetismo monástico, la llegada de los saberes médicos y otros conocimientos especializados que se convirtieron en las instituciones autorizadas para hablar y descalificar los demás saberes, hasta la solo aparente liberación del cuerpo de nuestros días, que se ve marcada, como sustentaremos más adelante, por un hiperconsumo basado en la publicidad, las apariencias, el aumento de la eficacia del cuerpo en el espacio público y su reducción en el costo de su mantenimiento y reproducción.

¿Acaso el cuerpo no es considerado bajo el velo de sus representaciones? El cuerpo no es una naturaleza, ni siquiera existe, nunca se vio un cuerpo: se ven hombres y mujeres, no se ven cuerpos, en estas condiciones el cuerpo corre el fuerte riesgo de no ser universal. (*Le Breton, 2002, pp.25*)

Siguiendo lo expuesto por Le Breton, hemos podido observar que esos cuerpos que no se ven, sino los hombres y mujeres, han tenido experiencias muy disimiles, lo cual evidencia la imposibilidad de una universalidad del cuerpo. Algo que queda claro también en los enfoques que han buscado explicarlo,

Capítulo II: El cuerpo en las ciencias sociales.

En este capítulo se realiza un análisis histórico de los trabajos científico/filosóficos acerca del cuerpo, siguiendo dos lógicas de agrupación: a) temporal y b) por disciplina científica y escuela de pensamiento. El periodo de análisis, el cual no será del todo exhaustivo, contempla aportes breves de la época premoderna como un antecedente de la visión moderna del cuerpo, incluyendo algunas producciones desde la filosofía y la ciencia premoderna, así como el periodo que se denomina modernidad y/o posmodernidad.

Este apartado, no pretende hacer un análisis exhaustivo de la producciones de conocimiento sobre el cuerpo, se trata de un esfuerzo por dar cuenta de un proceso histórico/epistémico paralelo a las formas en las que el cuerpo se traduce en la vida cotidiana, para así poder analizar la concepción moderna y la forma en que las ciencias sociales han analizado el cuerpo. Esto también representa una herramienta para entender y relativizar al cuerpo, desde una revisión histórica. Lo anterior se inserta en un contexto geográfico, el occidente, principalmente el continente europeo.

2.1 Dualismo premoderno y el camino al mecanicismo

En el capítulo previo pudimos observar las formas en que se plasmaban las concepciones, entre ellas el dualismo, que tiene como premisa fundamental la división de la existencia humana en dos dimensiones, por un lado, el alma, espíritu o ser y por el otro, el cuerpo, a los cuales se les dota de ciertas cualidades.

En la reconstrucción de los sustentos epistemológicos que tendrá el dualismo moderno, hay un consenso por parte de los autores contemporáneos que han reflexionado sobre el cuerpo *Le Breton (2002)*, *Piannella (2017)*, *Turner (1989)* entre otros, en situar como antecedente primordial la época griega, fundamentalmente en los textos de Platón. En este sentido, el mismo expone su perspectiva del cuerpo de forma específica es “*El Fedón o sobre el Alma*”, que como sus demás textos de están escritos de manera dialógica, y en el cual se muestra de forma clara las similitudes e influencias que tendrá en la posterior concepción y posición hacia el

cuerpo en la modernidad, que empezó a surgir en Europa en el siglo XV y XVI.

— Te parece entonces, repuso Sócrates, que todos los cuidados de un filósofo no tienen por objeto el cuerpo; y que, por el contrario, procura separarse de él cuanto le es posible, para ocuparse sólo de su alma.

— Seguramente.

—Así, pues, entre todas estas cosas de que acabo de hablar, replicó' Sócrates, es evidente que lo propio y peculiar del filósofo es trabajar más particularmente que los demás hombres en desprender su alma del comercio del cuerpo. (Platón, 1871, pp.31)

Este fragmento del *"Fedon o del Alma"*, es muy esclarecedor del abordaje que se le da al cuerpo por parte de Platón, se ve como un objeto, una barrera que imposibilita al alma su desarrollo y alcances plenos, que se encuentra no solo separado del alma sino incluso en contraposición. Otro elemento para resaltar es su propuesta del deber de los filósofos en buscar los medios para trascender el cuerpo, no de estancarse en él.

Platón nos deja, pues, como legado una antropología filosófica dualista que será alimentada por muchas tradiciones hasta llegar a nuestros días. Una antropología dualista que ha hecho ver al hombre que lo fundamental que tenía que cuidar era su alma y que lo que podía impedir llegar al máximo esplendor de este cuidado anímico era, precisamente, la encarnación del cuerpo que vivía. (Planella Jordi, 2017, pp.49)

La influencia que las producciones griegas tuvieron en el imaginario corporal de las sociedades occidentales no se limita a la perspectiva estética, Platón será el pionero en una forma de desprecio al cuerpo, encontrará en el mismo una cárcel para el alma y un impedimento para su realización completa. Cabe resaltar que esto se da en un contexto de una glorificación sistemática de los cuerpos, donde Platón observó el peligro de poner mucha atención al cuerpo y descuidar el espíritu.

Esta corriente dualista será fundamental para el desarrollo de la concepción del cuerpo posterior en occidente, principalmente Europa, tanto en la cultura romana que sería inmediatamente posterior, como en el cristianismo, que el mismo Nietzsche calificará de neoplatonismo y que prevaleció durante la Edad Media,

siendo uno de los puntos de partida de la filosofía y ciencia moderna. Este pensamiento es una influencia epistémica directa, a pesar de la gran brecha temporal del posterior dualismo moderno.

Otro momento fundamental para el desarrollo de lo que sería la concepción mecanicista, será la desacralización del cuerpo que sufrió en el periodo del renacimiento, donde se observa una especie de liberación, tanto moral, religiosa y jurídica, así como de las restricciones sobre el cuerpo, que tanto vivo (*soma*) como muerto (*sarkos*) se fueron suavizando. Esto dio paso a una revolución de pensamiento en diversas áreas del conocimiento, como en la médica, anatómica y artística, algo que retomamos anteriormente en el proceso de “*la invención del cuerpo*” que plantea Le Breton (2002). Este proceso también sería fundamental para el replanteamiento filosófico de la perspectiva ontológica, y con ella el advenimiento del cuerpo moderno.

Este proceso lo vimos en el capítulo primero ejemplificado perfectamente en el trabajo de Andrés Vesalio y su obra *De Humanis Corporis Fabrica*, pionero de la disección corporal y que representó una gran influencia para Descartes y el mecanicismo. Esto significó un proceso de cambio de una posición ante el cuerpo en los individuos, es decir un cambio ontológico de su tiempo que le solidifico al dualismo como la aproximación predominante ante los cuerpos.

2.2 La modernidad, las ciencias sociales y el cuerpo

Hay un punto de partida claro en la génesis de la concepción moderna del cuerpo, y es en el mecanicismo representado por René Descartes,(1977) donde se sintetiza toda una corriente que venía explorando los cuerpos, tanto desde el razonamiento filosófico, como en las disecciones corporales, la exploración e innovación artísticas ya mencionadas. Esto bajo la noción de que la reestructuración de la posición ante el cuerpo no empieza aquí, forma parte de un proceso histórico de cambios paulatinos, donde hay un movimiento socio/intelectual representado en el renacimiento.

La revolución del pensamiento que significó el mecanicismo cartesiano fue de igual

forma fundamental para la eventual revolución científica, teniendo una influencia predominante, en particular las ciencias sociales, que no solo adoptó su método experimental, sino que también de forma más implícita adoptó su posicionamiento hacia el cuerpo, y obvió el tema por siglos, algo en lo que coinciden los autores que revisan el cuerpo como los son Le Breton (2002), Turner (1989), Foucault (1998), Pianella (2017), etc.

En este sentido, es necesario retomar a René Descartes como el autor de la concepción principal a problematizar, filósofo francés considerado como uno de los padres de la modernidad, bajo el método racional, llamado posteriormente “método cartesiano” de influencia directa del desarrollo del conocimiento filosófico y científico hasta la fecha. De igual forma representó uno de los aportes definitorios para las sociedades contemporáneas en su visión del cuerpo.

...considero el cuerpo humano como una máquina fabricada y compuesta de huesos, nervios, músculos, venas, sangre y piel, y ello de modo tal que, aun cuando no hubiera en él espíritu alguno, se movería igual que ahora lo hace, cuando su movimiento no procede de la voluntad, ni por ende del espíritu, y sí sólo de la disposición de sus órganos (Descartes, 1977, pp. 70)

Esta concepción del cuerpo es parte de toda una resignificación de la existencia humana, y de su papel en el mundo, tanto en un sentido existencial como ante la colectividad. En este contexto, el mecanicismo surge y alimenta al mismo tiempo el naciente individualismo.

Este replanteamiento ontológico es una concepción dualista que plantea una muy marcada división de la existencia en dos polos, por un lado lo que en la filosofía cartesiana se llamará espíritu o alma y por el otro el cuerpo. Eso se tradujo en un detrimento muy marcado en todas las cuestiones corporales, tanto en el caso del individuo, como en el de los animales, acompañado de un discurso de la animadversión por sus fallas e inevitable degradación.

Otro elemento fundamental en el cambio de paradigma que trajo la modernidad, es su relación con la naturaleza que pasaría de ser sagrada, a un terreno a superar y conquistar por lo cual el cuerpo se vio como el elemento mas natural del ser, que

de igual forma, debía superarse.

Esta es la posición que tomarán de forma implícita o explícita las ciencias sociales ante el cuerpo, lo que generó que fuese descartado de cualquier interés desde el punto de vista científico social, dejándolo en manos de las ciencias biomédicas como autoridad en el tema. Esto dejaría, como ya hemos señalado, un vacío muy importante en la producción de las ciencias sociales en materia de lo corporal.

En las ciencias sociales, y sobre todo en la sociología, no habrá un interés sobre el cuerpo hasta el periodo posguerra de la segunda guerra mundial. Planteado esto, los primeros textos que buscan analizar desde lo social al cuerpo, posterior al auge de la modernidad, vendrán primero por parte de disciplinas distintas a la sociología, como en antropología, filosofía o el psicoanálisis.

2.3 Nietzsche y la negación de la “máquina”

Friedrich Nietzsche fue uno de los filósofos más importantes del siglo XIX, representando una de las influencias más importantes para los posteriores críticos a la modernidad como es el caso de Michael Foucault, que desde una filosofía poco ortodoxa, en el siglo XIX realizaría una serie de críticas a la sociedad moderna en general, y una de esas críticas sería hacia la concepción del cuerpo.

Nosotros, los filósofos, no podemos separar el cuerpo del alma, como hace el vulgo, y menos todavía podemos separar el alma de la inteligencia. No somos ranas pensantes, no somos máquinas objetivas, ni marcadores con refrigerantes por entrañas. Parimos con dolor nuestros pensamientos y maternalmente les damos cuanto hay en nosotros: sangre, corazón, fogosidad, alegría, tormento, pasión, conciencia, fatalidad. (Nietzsche, 2015, pp.10)

Nietzsche, como gran crítico de la modernidad, fue uno de los primeros en dismantelar esta concepción y uno de los pioneros en abordar el cuerpo como un elemento central y no solo periférico, en el fragmento anterior de su texto de *La Gaya Ciencia* (2015) se observa claramente su contraposición directa con los postulados de los dos dualistas por excelencia, por un lado a Platón en el deber del filósofo de entender al hombre en su conjunto en contraposición de la propuesta de Platón de “trascenderlo” y por el otro a Descartes junto al mecanicismo al ironizar

que “*no somos marcadores con refrigerantes por entrañas*”.

Nietzsche observa en la modernidad una concepción que cosifica al cuerpo, que lo fetichiza, lo niega y en sus expresiones más extremas lo aborrece enarbolando una serie de dinámicas en detrimento de los cuerpos de los individuos, enalteciendo al espíritu y la razón como único elemento que da valía al individuo. Nietzsche durante toda su obra desconfía y critica ferozmente a diversas corrientes como platonismo, y el cristianismo (que el autor denomina neoplatonismo) y de los análisis filosóficos que obvian la situación de los cuerpos, dado su ensalzamiento a ultranza del espíritu como lo único valioso del hombre y al cuerpo como solo un medio de su expresión y designios, observando en esto la causa de serias degradaciones.

Nietzsche es uno de los representantes de esa crítica, que desde la filosofía debate la premisa que ensalza al alma, espíritu o razón en detrimento de los cuerpos. En su texto de *así hablo Zaratustra (1991)* hace una férrea crítica a lo que la llama los despreciadores del cuerpo.

El cuerpo es una gran razón, una multiplicidad con un solo sentido, una guerra y una paz, un rebaño y un pastor.

También tu pequeña razón a la que tus llamas espíritu, es instrumento de tu cuerpo, hermano mío; instrumento y juguete pequeño de tu gran razón (Nietzsche F., 1991, pp. 30)

Nietzsche, con su estilo particular, deja ver que la razón es solo posible y es producto del mismo cuerpo y es justo lo que lo vuelve problemático. Esto se da en un contexto de un control sobre el cuerpo, sobre sus actividades fisiológicas más básicas, y estigmatización generalizada, ejemplificado en la visión judeocristiana que ve al cuerpo como fuente de pecado. Nietzsche se desentiende del dualismo dominante, y plantea que somos una unidad, no existen dimensiones contrarias en nuestra propia existencia.

Quiero darles mi opinión a los despreciadores del cuerpo. Lo que deben hacer no es cambiar su método de enseñanza, sino sencillamente despedirse de su propio cuerpo, y por tanto quedarse mudos.

<<Yo soy cuerpo y alma>>; así habla el niño. ¡Por qué no se ha de hablar como los

niños? Pero el que está despierto y atento dice: <<todo yo soy cuerpo y alma; el alma no es sino nombre de alguna parte del cuerpo>> (Nietzsche F., 1991, pp. 30)

Esos “despreciadores del cuerpo” que menciona Nietzsche han sido clarificados anteriormente, y es precisamente aquí la radicalidad de su planteamiento, en un contexto de consenso sobre la visión mecanicista.

2.4 El malestar del cuerpo desde el psicoanálisis

Otra de las disciplinas que retomó la cuestión corporal fue el psicoanálisis, una teoría de la psique que fundó Sigmund Freud a finales del siglo XIX y que propone una relación directa entre el cuerpo del individuo y su psique, sus comportamientos, lo cultural y lo natural como dos elementos que conviven, se limitan y en momentos se contraponen. Esto como hemos visto, esto muy distante a los postulados del dualismo, y la concepción moderna del cuerpo y el ser en general. Freud como su creador, y exponente más importante realizó en una de sus obras fundamentales “*El malestar en la cultura*” (1976) una crítica a la sociedad y cultura occidental, en donde observa afectaciones corporales a raíz de la cultura.

“La agresión es introyectada, interiorizada, pero en verdad, reenviada a su punto de partida; vale decir: Vuelta hacia él yo propio. Ahí es recogida por una parte del Yo, que se contrapone al resto como súper yo y entonces como “conciencia moral” está pronta a ejercer contra él yo la misma severidad agresiva que el yo habría satisfecho de buena gana en otros individuos ajenos a él.” (Freud, 1976, pp. 119)

El psicoanálisis, es el mayor representante de una corriente que involucra un problema muy importante que nace desde la visión dual de la modernidad, donde el individuo se encuentra en la disyuntiva entre dos cuestiones, dos polos que dictan cosas contrarias, la razón y el deseo. Esto en términos generales se traduce en un cuerpo que tiene pulsiones y necesidades específicas, contrapuesto a una cultura, que los reprime, busca controlarlos, que inevitablemente crea frustraciones y nuevas formas del yo. Otro de los autores fundamentales del psicoanálisis que analizará al cuerpo es Jaques Lacan, y que la mayoría de sus aportes teóricos fueron en la mitad del siglo XX.

... a saber del exilio a donde ha proscrito al cuerpo la dicotomía cartesiana del pensamiento y de la extensión, la cual deja caer completamente de su aprehensión

lo que es, no el cuerpo que ella imagina, sino el cuerpo verdadero en su naturaleza. [...] Ese cuerpo no se caracteriza simplemente por la dimensión de la extensión: un cuerpo es algo que está hecho para gozar, gozar de sí mismo. La dimensión del goce está completamente excluida por lo que he llamado la relación epistemosomática. Pues la ciencia no es incapaz de saber lo que puede, pero ella, no más que el sujeto que engendra no puede saber lo que quiere. Por lo menos, lo que ella quiere surge de un avance cuya marcha acelerada, en nuestros días, nos permite palpar que supera sus propias previsiones. (Lacan J., 1966, pp. 14)

Jaques Lacan en sus textos tuvo un mayor énfasis en la cuestión corporal, explicable en parte por estar situado en el contexto de las revoluciones culturales de mediados del siglo XX ya mencionadas anteriormente, que se muestra de forma explícita con la crítica directa que hace Lacan a esta “*dicotomía cartesiana*”, al dualismo ontológico en el que observa un reduccionismo y desconocimiento sobre todo lo que implica el cuerpo, un cuerpo que tiene múltiples dimensiones que no son extrañas del “alma”.

Este análisis desde la perspectiva psicoanalítica se sitúa desde la psique de los individuos y las pulsiones corporales naturales del hombre, un debate entre razón y deseo que será retomado, siendo fundamental para el inicio de la preocupación por el cuerpo en el siglo XX.

...oposiciones bipolares en el pensamiento y la cultura entre el cuerpo y alma, el cuerpo y la mente, la materia y el espíritu, el deseo y la razón. [...] El pensamiento social ha sido modelado alrededor de la noción de que los seres humanos son, a un tiempo, parte de la naturaleza en la medida de que tienen cuerpos y parte de la sociedad en la medida que tienen mentes. (Turner, 1989, pp.44)

Como podemos observar, el Psicoanálisis represento una crítica frontal al mecanicismo, en especial a su dicotomía alma/cuerpo, planteando una correlación entre el cuerpo, y factores fundamentales en la psique y el comportamiento de los individuos.

2.5 Primeras aproximaciones sociológicas al cuerpo:

Como mencionamos anteriormente, la sociología como disciplina ha sido omisa históricamente al estudio sistemático del cuerpo, siendo su crítica más abundante desde la segunda mitad del siglo XX por parte de autores como Le Breton (2002),

Turner (1989), etc., pero esta omisión tiene fundamentos claros. Por un lado, las ciencias sociales, como en general el método científico, tienen un antecedente fundamentalmente cartesiano, y que también retomo fielmente la visión dicotómica cuerpo/alma, que definía al cuerpo como campo de las ciencias médicas. Por el otro lado, también hubo deficiencias de origen en los métodos de las ciencias sociales para aprehender este elemento de la existencia humana que pareciera tan escurridizo.

El cuerpo como objeto de investigación y reflexión en la sociología tuvo un papel secundario desde sus inicios como disciplina, algo en lo que coinciden Le Breton (2002) y Turner (1989), por un lado, la macrosociología tenía su perspectiva fija en “el sistema social” y no volteaba a ver al cuerpo de los individuos, y por otro lado, la microsociología se enfocaba en la acción del sujeto y no en su corporalidad.

Le Breton en su análisis histórico de *“la sociología del cuerpo”* (2002) observó que las características en los primeros intentos de las ciencias sociales por retomar al cuerpo lo hacían solo de forma pasajera, partiendo de dos perspectivas;

La primera la denominó las *incidencias sobre el cuerpo*, es decir donde el “hombre es concebido como la emanación de un medio social”, y su cuerpo muestra señales de las dinámicas que este medio social pone en juego. En este sentido es muy representativo observar esta perspectiva en uno de los autores fundamentales de las ciencias sociales, Carlos Marx (2015), que en su análisis del cuerpo se centra en la situación de los trabajadores y trabajadoras (condiciones deplorables suscitadas por la relación de dominación burguesía/proletariado) y sus medios de subsistencia. Si bien es evidente que el cuerpo no es una parte central de su interés analítico, es sintomático de una disciplina de la ciencia que solo retomaba al cuerpo cuando servía como argumento explicativo en otro tipo de análisis, como en Marx, el cuerpo toma relevancia por su relación con el trabajo, la explotación y las condiciones precarias del proletariado entre otras.

El que el hombre sea un ser corpóreo con fuerzas naturales, vivo, real, sensible, objetivo, significa que tiene como objeto de su ser, de su exteriorización vital objetos reales, sensibles, o que sólo en objetos reales sensibles, puede exteriorizar su vida.

[...] El hambre es la necesidad objetiva que un cuerpo tiene de un objeto que está fuera de él y es indispensable para su integración y exteriorización esencial. (Marx C., 2015, pp. 87)

La otra perspectiva, que caracterizó los inicios de las ciencias sociales fue la del *hombre como producto de su cuerpo*, una posición inversa que veía al hombre como producto de su estructura biológica, que se basaba en la traslación de conocimientos de otras ciencias como la morfología, la biología, entre otras para explicar el orden social, la dominación, y las jerarquías sociales. Aquí los cuerpos ya están determinados para un papel o tarea social basada en su origen siendo los argumentos de superioridad racial su expresión más clara, en síntesis, son corrientes que se denominan bajo el determinismo biológico.

2.6 Las expresiones del cuerpo:

Posterior a estos procesos que retomaban al cuerpo de forma periférica, empezaron a surgir las primeras producciones científicas que se concentraban en la corporalidad desde lo social, y que llegaban a él por medio de sus expresiones, y de cuestiones que lo hacían evidente, como las técnicas corporales en contextos de comunicación, modales, etc., formas de acción en circunstancias específicas como el comportamiento para consumir alimentos. Estas prácticas se definirían como “las técnicas corporales” que fueron ampliamente abordadas por Marcel Mauss(1979), desde el enfoque antropológico y etnológico.

Hablo de técnicas corporales porque se puede hacer la teoría de la técnica de los cuerpos partiendo de un estudio, de una exposición, de una simple y pura descripción de las técnicas corporales. Con esa palabra quiero expresar la forma en que los hombres, sociedad por sociedad, hacen uso de su cuerpo en una forma tradicional. (Mauss M, 1979 pp.337)

Para Mauss el cuerpo es un instrumento que le permite al hombre expresarse y que toma distintos tintes dependiendo de contextos como sexo, edad, etc. otro exponente de esto fue el antropólogo Gordon Hewes, que analizó en el siglo XX, las técnicas de las posturas.

Hay muchas técnicas corporales: montajes miniatura de gestos cuya aparente simplicidad suele disimular el tiempo y las dificultades necesarias para asimilarlos

hasta la coordinación de acciones y habilidades manuales cuya ejecución requiere virtudes y destrezas particulares. (Le Breton, 2002, pp.45)

Otra forma de las expresiones del cuerpo que se prestaron al análisis desde las ciencias sociales fue el de la gestualidad, una acción primordialmente comunicativa, expresada en saludos, negociaciones, afectos, etc. David Efron marcó el enfoque de la gestualidad, esto en un estudio contrapuesto a las tesis Nazis de determinismo racial, para esto realizó un estudio comparativo de gesticulaciones en poblaciones judías e italianas migrantes, demostrando que la gestualidad era un hecho sociocultural y que un individuo del origen racial que fuera, dadas las condiciones, e insertado en un contexto determinado sería propenso a desarrollar la gestualidad acorde de su contexto.

El estilo de los gestos se comenzó a investigar a comienzos de 1940, a través de un profundo estudio realizado por David Efron. Efron quería desmentir las afirmaciones de los científicos nazis acerca de que los gestos se heredaban a través de la raza. Se dedicó a estudiar a inmigrantes judíos e italianos en la parte baja del Este de la ciudad de Nueva York [...] Efron estudió la primera generación de italianos y de judíos y descubrió que los que mantenían los lazos étnicos tradicionales con sus respectivas comunidades, retenían el estilo de sus gestos; mientras que los que se asimilaban a la vida norteamericana comenzaban a perderlos. Logró distinguir también algunos gestos híbridos que resultan comunes a todos los estilos. Lo que sí comprobó incuestionablemente, fue que las formas de gesticulación no se heredan racialmente. (Davis F., 1975, pp. 46-47)

Otra de las aproximaciones pioneras desde la sociología sobre el cuerpo sería desde los aportes de Georg Simmel, que a principios del siglo pasado publicaría un ensayo sobre *“La sociología de los sentidos”*. El análisis de las percepciones sensoriales era algo inexplorado, se definía por variaciones sustanciales, según Simmel, dependiendo de la clase, generación y más evidente de una cultura a otra, esto es de fundamental importancia, ya que los sentidos pertenecían a una parte, hasta entonces, incuestionablemente biológica.

Esta dimensión es la más cargada en la intimidad del sujeto, la más impalpable: es la del claroscuro ya que drena el inmenso terreno de la sensorialidad. De una área cultural a otra, y con mayor frecuencia de una clase social a otra o de una generación, los actores descifran el mundo de forma diferenciada. (Le Breton, 2002, pp.58)

En esta revisión de las ciencias sociales de la primera mitad del siglo XX también es necesario mencionar a Ervin Goffman, que analizó la forma en que los individuos se manejaban por el mundo según el contexto social, y con ello su comportamiento corporal, delimitándolo en las impresiones, máscaras y la performatividad.

...en todas las circunstancias de la vida social es obligatoria determinada etiqueta corporal y el actor la adopta espontáneamente en función de las normas implícitas que los guían [...] el cuerpo debe ser borrado, dividido en la familiaridad de los signos. Pero el discapacitado o el loco perturban esta regulación fluida de la comunicación con su sola presencia. (Le Breton, 2002, pp. 51)

Para Goffman hay una ritualización del cuerpo que lo borra bajo la familiaridad del uso la vida cotidiana, así el individuo se invisibiliza a sí mismo en sus acciones como al subir a un ascensor, se mimetiza, dependiendo del contexto, usa distintas técnicas corporales, gestos, y sobre todo etiquetas, una etiqueta corporal que es adoptada por el individuo para mimetizarse con el contexto que exige cierta homogeneidad.

Esto se inserta en la teoría de Goffman, en una dinámica de roles, que plantea que los individuos toman distintas actitudes, posturas o acciones dependiendo del contexto, en una lógica performativa. Con esto en cuenta, el cuerpo se vuelve aún más cambiante, no solo por las concepción, sino que también por el contexto.

2.7 Norbert Elías: cuerpo y civilización

Otro de los primeros autores en abordar la problemática del cuerpo fue Norbert Elías uno de los sociólogos más influyentes del siglo XX. En su obra del *Proceso de la Civilización* (1987) aborda el desarrollo de los modales y los comportamientos característicos de “las buenas formas”, para mostrar el proceso de cambios sociales generacionales, en el cual hace un pequeño abordaje de la dicotomía cuerpo y alma surgida del mecanicismo de Descartes, criticando la forma en la que los que analizan lo social han pasado de alto un elemento fundamental en la experiencia humana.

Esta autoexperiencia del aislamiento propio, del muro invisible, que separa a la propia «interioridad» de todos los hombres y cosas «fuera», propia de la Edad

Moderna, adquiere la misma fuerza de convicción para una gran cantidad de personas que durante la Edad Media poseía la idea del movimiento del sol en torno a la tierra como centro del universo. (Norbert E., 1987, pp. 44)

Como observamos en la cita anterior, Norbert Elías deja de manifiesto la irracionalidad de una convicción social por el aislamiento individual, y lo problemático que es obviar un elemento central en la experiencia humana, una clase de cuento que se ha instaurado en la racionalidad moderna, y que al mismo tiempo ha sido de utilidad para la permanencia de una existenciaindividualista, que ve al cuerpo como la última barrera, una zona impenetrable, y que dota al individuo de cierta independencia de lo externo.

¿Es el cuerpo un recipiente en cuyo interior se encuentra encerrado el auténtico yo?
¿Es la piel la línea fronteriza entre el «interior» y el «exterior»? ¿Qué es la cápsula en el ser humano y que lo ha encapsulado? La experiencia del «interior» y el «exterior» actúa de un modo tan inmediatamente revelador que apenas si se plantean estas cuestiones, ya que no parecen merecedoras de investigación ninguna. (Norbert E., 1987, pp. 40)

Si bien Norbert Elías, no se concentra en el cuerpo, lo aborda de forma periférica, hace cuestionamientos puntuales en muchos sentidos. Tal vez el punto más importante para el tema que nos interesa es el de la crítica a la sociología mecanicista, dualista e individualista, es decir, aquella que obvia al cuerpo como parte fundamental de la experiencia humana, algo que los otros autores que hemos visto hasta ahora no realizaron (exceptuando Nietzsche que no pertenece a la sociología), y que entiende a lo que lo hace humano al individuo, es única y exclusivamente lo que en su momento se llamó el “espíritu”, esta parte interna que aborda momentáneamente el autor.

Otro de los elementos fundamentales en el trabajo de Norbert Elías, es que analiza un proceso que él denomina como civilizatorio, un proceso de cambio del comportamiento corporal, que desde otras perspectivas podría interpretarse como disciplinario, que van desde las técnicas de alimentación hasta las funciones corporales naturales en contextos específicos que lo demandan, por medio de la producción de discursos punitivos y de gratificación, de creación de nuevos valores, e imposición de nuevos códigos de conducta.

Al seguir el curso de los cambios de los conceptos con los que las distintas sociedades han tratado de expresarse y al remontarnos desde el concepto de «civilización» a su antepasado, el concepto de civilité, venimos a dar directamente sobre la pista del proceso civilizatorio, sobre la pista del cambio real de comportamiento que se ha operado en Occidente. (Norbert E., 1987, pp. 104)

Este proceso de acercamiento a la corporalidad, si bien fue fundamental para la teoría del cuerpo, lo hizo siempre desde cierta distancia, desde la curiosidad de los comportamientos del cuerpo en contextos específicos y como parte de una transformación civilizatoria, o formas en que se utiliza, pero fue nunca se enfocó en el papel que juega en las sociedades la visión ontológica del individuo con su cuerpo, y menor aún la crítica hacia el mismo.

2.8 Revolución cultural y boom del interés por el cuerpo

El gran boom de la producción de análisis corporales se dio a la par de un fenómeno coyuntural, una crisis de la corporalidad moderna, que devino en “liberación sexual” y la “liberación del cuerpo” que fueron puestas en duda a la luz posteriores análisis y las revoluciones culturales de la segunda mitad del siglo XX, como lo fue el feminismo.

Sin duda, una de las grandes revoluciones culturales en esta época fue y ha sido, la fuerte presencia del movimiento feminista y su crítica sobre el control de los cuerpos de las mujeres y sus prácticas, sobre todo lo relacionado con la sexualidad y la reproducción. Al mismo tiempo la conquista sexual terminará dirigida a triunfos económicos del mercado, una racionalización del deseo vía el consumo de masas y la publicidad, un reacomodo de la dominación corporal, tendiente siempre a cada vez ser más discreto, pero que reproducirá el mismo o mayor control sobre los cuerpos.

2.9 Feminismo, sexo, cuerpo y género

El feminismo es sin duda uno de los movimientos políticos, ideológicos y académicos más importante de los últimos siglos, que como lo denomina Amelia Valcárcel:

... es una tradición política de la modernidad, igualitaria y democrática, que mantiene que ningún individuo de la especie humana debe ser excluido de cualquier bien y de ningún derecho a causa de su sexo, sea este sexo masculino, femenino, epiceno, poco demostrable o mediopensionista. Feminismo es pensar normativamente como si el sexo no existiera. (Valcárcel A., 2000, pp. 123)

Esta “tradición política” como la define Valcárcel (2000), ha tenido una presencia importante desde mitades del siglo XVIII, con exponentes como los de Olympe de Gauges, presente en el contexto del nacimiento del Estado moderno, y del Ciudadano como individuo de derechos, en el contexto de la revolución francesa. En este sentido, desde una postura reivindicativa, en 1791 De Gauges publica *La Declaración de los derechos de la mujer y la ciudadana*, planteando que ese proceso histórico, tenía que ampliar no podía ser solo para los hombres, sin modificar la opresión que estos ejercían.

Las madres, las hijas, las hermanas representantes de la nación demandan constituirse en Asamblea Nacional. Considerando que la ignorancia, el olvido o el desprecio de los derechos de la mujer, son las únicas causas de los males públicos y de la corrupción de los gobernantes, han decidido exponer en una declaración solemne, los derechos naturales, inalienables y sagrados de la mujer, con el fin de que esta declaración, constantemente presente para todos los miembros del cuerpo social, les recuerde sin cesar sus derechos y deberes, a fin de que los actos del poder de las mujeres y aquellos del poder de los hombres puedan ser a cada instante comparados con la meta de toda institución política sean respetados (Ramírez G., 2015, pp. 7)

Pero la radicalidad de los planteamientos feministas desde el siglo XVIII fueron más allá, representando uno de los movimientos políticos y de pensamiento que pusieron en el debate público al cuerpo y la sexualidad desde sus inicios y que tuvo una gran influencia en las posteriores revoluciones culturales de la segunda mitad del siglo XX, en específico referente al de las mujeres y a las dinámicas que esta realidad física/sexual imponía sobre la mitad del género humano.

Para preservar la belleza personal ¡la gloria de la mujer! las extremidades y facultades son apretadas peor que con bandas chinas, y la vida sedentaria que están condenadas a vivir, mientras los chicos juegan al aire libre, debilita los músculos y relaja los nervios. [...] las mujeres gentiles son, hablando literalmente, esclavas de sus cuerpos, y se glorifican en su sometimiento [...] Enseñadas desde su infancia que la belleza es el centro de una mujer, que la mente toma la forma del cuerpo y que, rondando alrededor de su jaula dorada, busca solamente adornar su prisión (Mary Wollstonecraft en Rossi A., 1988, pp. 55-57)

En la cita anterior de la autora Mary Wollstonecraft, otra de las pioneras feministas de la segunda mitad del siglo XVIII pone de manifiesto una realidad social que se ha cuestionado desde entonces, y delimita la importancia que tienen los cuerpos de las mujeres en la sociedad patriarcal.

Este proceso naciente de la ilustración buscaba un cambio más profundo en esta apuesta societal, donde las mujeres, y otras minorías fuesen incluidos. Esto queda explicitado de forma muy esquemática en el trabajo de la Dra. Gloria Ramírez, sobre “*Los derechos Políticos Electorales de las Mujeres en México ante la CEDAW*” (2020)

En 1791, Olympe de Gouges escribió La declaración de los derechos de la mujer y de la ciudadana, obra en la que criticaba la exclusión de las mujeres de la Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano y ampliaba el reconocimiento de esos derechos a las mujeres. Ambas, Wollstonecraft y De Gouges, defienden las “potencialidades emancipadoras de la Ilustración que les eran negadas al conjunto de las mujeres”, pero mientras la filósofa inglesa hace una reivindicación moral de la individualidad de las mujeres y de la capacidad de elección de su propio destino, la escritora francesa De Gouges reclama derechos políticos y civiles concretos (Ramírez G., 2020, pp. 58-59)

Los cuerpos de las mujeres serán un tema fundamental en esta búsqueda por la reivindicación moral, y la elección del destino propio, que será, como ya lo vimos en el capítulo pasado, un punto central de las luchas de la mitad del siglo XX.

2.9.1 El cuerpo como cautiverio.

Los análisis del cuerpo femenino han tenido un avance muy importante desde la segunda mitad del siglo XX, principalmente por teóricas feministas, que fundamentalmente analizan la sexualidad y el sexo/género desde esta teoría, y que se han ido robusteciendo, y se volvieron una parte fundamental de esta línea de pensamiento y activismo.

La investigadora feminista mexicana Marcela Lagarde lo muestra de forma magistral en su texto de *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas* (2005), donde observa que el cuerpo de las mujeres es definitorio para los roles, las expectativas y lo que significa ser mujer en las sociedades

contemporáneas. Lagarde ve en el cuerpo la base material de cualidades genéricas que son impostadas, tanto a mujeres como hombres.

La base común de la delimitación de lo sexual es la reproducción. A partir de este criterio se clasifica a los individuos de acuerdo con las características (particularmente las genitales: vulva-vagina y pene-testículos) en sexo femenino y sexo masculino. Se considera también, que el sexo implica una serie de atributos sociales, económicos, jurídicos y políticos. Se suponen de etiología sexual formas de comportamiento, actitudes, sensaciones, percepciones, capacidad intelectual, afectos, fuerza física, preferencias, usos y prácticas eróticas, etcétera. Se incluyen en las cualidades sexuales: el trabajo, el espacio de vida, la moral y hasta el horario.”(Lagarde M., 2005, pp.182)

Lagarde observa así, que son las características sexuales corporales las que delimitan, constriñen, y crean un “cautiverio” para las mujeres, no porque estos signifiquen un impedimento físico, sino que se crea toda una serie de atributos basados en estas características, como lo muestra en su título, se crean cautiverios basados en las particularidades de sus cuerpos, ya sea en su carácter reproductivo en las “madresposas”, o las putas en su despliegue y la sumisión erótica.

Para Lagarde el cuerpo de la mujer es una síntesis histórica de su condición, las mujeres “son más cuerpo que los hombres”, el peso que tienen sus características particulares para definir sus roles, sus necesidades, sus obligaciones desde el patriarcado es mucho más marcada.

Cuerpo y sexualidad sobrevalorados, son ejes sobre los que se estructura su condición genérica y la opresión. Son los principios que las mantienen en la dependencia y son también los espacios con los cuales se funda y se desarrolla la opresión que totaliza sus vidas, como grupo social y como particulares. (Lagarde M., 2005, pp.200)

El feminismo demuestra que el cuerpo no es una materia objetiva existente que solo es un medio para los seres humanos, las dinámicas sociocorporales se ven atravesadas por el género, y las imposiciones del patriarcado, esto en todo el espectro genérico, tanto a la mujer con expectativas de procreación o servicios sexuales, a los hombres con estereotipos de fortaleza física, hipersexualidad, etc., o las diversidades, a los individuos trans, en la negación de sus cuerpos, o la estigmatización por querer hacer modificaciones corporales, cuando en otros

casos, las modificaciones corporales con fines estéticos se ven bien vistas. En síntesis el feminismo plantea que el cuerpo es político.

El cuerpo de la mujer, incluye también, los cuerpos y las vidas de los hijos y de los cónyuges, las instituciones jurídicas y políticas y las concepciones mitológicas, filosóficas e ideológicas, que le dan nombre, le atribuyen funciones, prohíben o asignan obligaciones, sancionan y castigan (Lagarde M., 2005, pp. 212)

Con estos antecedentes, el cuerpo femenino se observa como un elemento de vital importancia en los sistemas de poder político, y el control que se ejerce de forma sesgada a las mujeres en sus actividades diarias, en la forma en que se relacionan en el espacio público y privado son una muestra fehaciente de la diferencia en la sujeción que exige y que ejerce la cultura, y los grupos dominantes, en este caso el patriarcado y las estrategias de poder de forma más específica sobre los cuerpos según su género, al igual que la sexualidad.

En este sentido, lo que constituye el carácter fijo del cuerpo, sus contornos, sus movimientos, será plenamente material, pero la materialidad deberá reconcebirse como el efecto del poder, como el efecto más productivo del poder. Y no habrá modo de interpretar el "género" como una construcción cultural que se impone sobre la superficie de la materia, entendida o bien como "el cuerpo" o bien como su sexo dado. Antes bien, una vez que se entiende el "sexo" mismo en su normatividad, la materialidad del cuerpo ya no puede concebirse independientemente de la materialidad de esa norma reguladora. (Butler, 2002: 18-19)

Siguiendo el argumento de Butler (2002), y el argumento que hemos esbozado desde un inicio, el cuerpo, ni siquiera en su materialidad puede ser considerado solo eso, sus significaciones tienen un claro efecto sobre esa materialidad, y son clave en las dinámicas de poder.

2.9.2 El cuerpo como territorio.

La investigadora feminista argentina Rita Segato observa en el cuerpo un elemento altamente simbólico, que en situaciones también es utilizado como una forma de comunicar un mensaje, en su texto *La escritura en el cuerpo de las mujeres asesinadas en Ciudad Juárez (2013)*, se muestra como un elemento comunicativo

En ese sentido, también este acto está vinculado a la consumición del otro, a un canibalismo mediante el cual el otro perece como voluntad autónoma y su oportunidad de existir solamente persiste si es apropiada e incluida en el cuerpo de quien lo ha devorado. Su resto de existencia persiste sólo como parte del proyecto del dominador. (Segato L., 2013, pp. 20)

La tesis de Segato deja ver que el cuerpo no solo está cargado de un alto valor simbólico y político en las formas que influye los géneros, también es utilizado como símbolo de dominación y control sobre las poblaciones.

Segato no ve en las violaciones y crímenes sexuales, anomalías o fallas sociales o culturales, sino expresiones de una estructura simbólica que ve los cuerpos como un territorio, sujetos a la soberanía y el control.

Uso y abuso del cuerpo del otro sin que éste participe con intención o voluntad compatibles, la violación se dirige al aniquilamiento de la voluntad de la víctima, cuya reducción es justamente significada por la pérdida del control sobre el comportamiento de su cuerpo y el agenciamiento del mismo por la voluntad del agresor. La víctima es expropiada del control sobre su espacio-cuerpo. Es por eso que podría decirse que la violación es el acto alegórico por excelencia de la definición schmittiana de la soberanía: control legislador sobre un territorio y sobre el cuerpo del otro como anexo a ese territorio. (Segato L., 2013, pp. 8)

Segato observa en la sociedad patriarcal, la sexualidad como un acto de dominación física y moral de la otra, siendo los cuerpos de las mujeres un anexo del territorio de los poderosos, haciendo una genealogía observa como históricamente los cuerpos de las mujeres son botín de conquista en las guerras. Así, en los asesinatos consecutivos de Ciudad Juárez se ve una muestra dramatizada de poder, un acto predatorio sobre el cuerpo femenino para enviar un mensaje *“en la lengua del feminicidio, cuerpo también significa territorio”*.

Si al abrigo del espacio doméstico el hombre abusa de las mujeres que se encuentran bajo su dependencia porque puede hacerlo, es decir, porque éstas ya forman parte del territorio que controla, el agresor que se apropia del cuerpo femenino en un espacio abierto, público, lo hace porque debe para mostrar que puede. En uno, se trata de una constatación de un dominio ya existente; en el otro, de una exhibición de capacidad de dominio que debe ser reeditada con cierta regularidad y puede ser asociada a los gestos rituales de renovación de los votos de virilidad. (Segato L., 2013, pp. 29)

2.9.3 El Feminismo y la diversidad.

Como pone de manifiesto la autora Judith Butler (2002), una de las teóricas feministas contemporáneas más relevantes que comprende la diversidad sexual y la sexualidad; el cuerpo no pierde su condición material, ni se pone en duda, pero es necesario entenderlo desde esta perspectiva como algo con un valor político muy alto, y que su valor simbólico tiene diferencias sustanciales en las sociedades patriarcales, en este sentido el cuerpo de las mujeres no solo se ve controlado desde su concepción general.

En este contexto, es necesario observar que hay cuestiones que agravan el control y la dominación que se ejercen sobre los cuerpos, siendo no solo el género el único facto, existiendo también otros como lo es la clase, la nacionalidad, las cuestiones raciales, etc. lo que diversos autores llamaran interseccionalidad, siendo definida como; "...la interseccionalidad se ha convertido en la expresión utilizada para designar la perspectiva teórica y metodológica que busca dar cuenta de la percepción cruzada o imbricada de las relaciones de poder". (Viveros M., 2016, pp.2)

Bajo este enfoque, el género será debatiblemente el mayor de esos agravantes, y esta es una de las tesis fundamentales del feminismo, ver el cuerpo de la mujer como un elemento históricamente controlado por todo un sistema de dominación, basándose en fundamentos biológicos, religiosos, ideológicos y reproductivos en un sistema de dominación patriarcal.

Como se ha visto, uno de los puntos nodales del feminismo en su abordaje al cuerpo es desde la sexualidad como parte del cuestionamiento ante la cultura, el sistema patriarcal en general y a la concepción corporal diferenciada en lo particular. En este sentido hay una coincidencia para buena parte de los autores y autoras que han colaborado para esbozar una sociología del cuerpo en los últimos 40 años (Foucault 1998, Le Breton 2002, Turner 1989, Butler 2002, entre muchos más), donde sus reflexiones sobre el cuerpo son también una sociología de la sexualidad, que es impuesta por el patriarcado, de la subordinación femenina producto del discurso de

la cultura sobre el cuerpo de las mujeres.

En esta división del trabajo, los hombres crean símbolos, mientras que las mujeres reproducen cuerpos perecederos. Los roles sociales de las mujeres, como consecuencia, llegan a ser vistos como inferiores a los roles desempeñados por los hombres [...] El paso final en el razonamiento es que las mujeres son ubicadas e instruidas en una estructura psíquica (“instintos maternales”, “afectos”, “emociones”) que se opone tajantemente al espacio psíquico (“razón”, “razonabilidad” y “confiabilidad”) de los hombres. (Turner, B, 1989, pp. 151)

Este discurso entre los géneros, que los ha dotado de cualidades intrínsecas es parte de lo que históricamente ha relacionado a la mujer de una mayor “naturalidad” y a los hombres de un componente “social”.

Este proceso representa una relación epistémica impuesta donde se ha dotado a la mujer de un ser más “corporal”, más sentimental, más natural, incluso más apegada a lo animal y al hombre de una cercanía mayor al “espíritu”, al espacio público y de decisiones. La dicotomía de la razón/ deseo, hombre/mujer, alma/cuerpo, determinará al mismo tiempo una variante de lo público, tareas intelectuales, políticas y de dirigencia que en el patriarcado serán espacios predilectos de los hombres, y, por otro lado, lo privado, el trabajo casero, la crianza, entre otros, serán espacios relacionados con lo femenino.

Estos espacios en algunos contextos se han ido desdibujando, a raíz de las luchas organizadas de las mujeres que han conquistado nuevos espacios, pero siguen existiendo resistencias, y un elemento propicio a reflexionar es lo que la corporalidad pone en juego en estas relaciones dispares entre los géneros, para entender su trasfondo en la concepción del cuerpo y el género.

El aporte hecho por el feminismo, respecto a la libertad, la igualdad desde las posturas teóricas, políticas y reivindicaciones prácticas en cuanto al acceso al derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, ha sido fundamental en la creación de conocimiento social sobre el cuerpo, se habla de una epistemología feminista donde la desmitificación de su objetividad y estudio meramente de las ciencias médicas (ciencias médicas que pueden ser dispositivos de control

patriarcal), así como el posicionamiento de la discusión de la situación de los cuerpos (fundamentalmente el de las mujeres) en la sociedad, el espacio y el debate público. Aspectos que si bien no profundizaremos no dejan de estar vinculados a los debates sobre el cuerpo de las mujeres.

Lo que dejan ver las autoras, como Lagarde, Valcárcel y Segato, es que el cuerpo de las mujeres utilizados por el sistema que desde esta perspectiva es el sistema patriarcal, y que es un elemento que va mucho más allá de su materialidad. El feminismo, indudablemente ha sido una de las corrientes del pensamiento social que ha puesto al cuerpo como algo central, y que deja ver como las mujeres, por sus características corporales, fundamentalmente las sexuales, han sido históricamente violentadas, sobajadas y controladas por un sistema fundamentalmente patriarcal, pero que también crea expectativas, deberes y lugares para los hombres basándose en su cuerpo, como su fortaleza física.

2.10 Teoría Crítica:

Otra corriente de pensamiento que tomó al cuerpo, lo analizó, fue la teoría crítica, observando en la lógica del dualismo un sustento filosófico/moral de la explotación, necesaria para el capitalismo, y que ya hemos observado en la práctica, tanto en los individuos como en los animales, en el recorrido histórico realizado en el primer capítulo.

El odio-amor hacia el cuerpo tiñe toda la civilización moderna. El cuerpo, como lo inferior y sometido, es convertido de nuevo en objeto de burla y rechazo, y a la vez es deseado como lo prohibido, reificado, alienado. Sólo la civilización conoce el cuerpo como una cosa que se puede poseer, sólo en la civilización se ha distinguido y separado el cuerpo del espíritu —quintaesencia del poder y del mando— como objeto, cosa muerta, corpus. (Adorno y Horkheimer, 1994, pp. 278)

La teoría crítica, en específico Theodor Adorno y Max Horkheimer, ambos Filósofos y sociólogos, en el texto de Dialéctica de la Ilustración (1994), realizan una crítica directa a la construcción dualista del ser, y a la forma en que esta concepción crea un sentimiento hacia el cuerpo llena de conflictos, un “odio-amor”. Desde esta perspectiva el cuerpo se convierte en un componente dentro de la lógica de

dominados/dominantes, la lucha de clases y que se ve evidenciado en las afectaciones corporales de las clases.

La liberación del individuo europeo se produjo en el contexto de una transformación cultural general que ahondó tanto más profundamente la escisión en el interior de los liberados cuanto más sea atenuó la coacción física desde el exterior. El cuerpo explotado debía ser para los inferiores lo malo, y el espíritu, al que los otros podían dedicarse, lo más alto [...] El Kalós Kaghatós, el hombre de bien, era sólo en parte apariencia; en parte, el gimnasio era efectivamente necesario para la conservación del propio poder, por lo menos como adiestramiento para una actitud señorial (Adorno y Horkheimer, 1994 pp. 277- 278)

El cuerpo se vuelve un campo de control político y dominación por parte de la burguesía, avalado por una visión filosófica adoptada (y podría argumentarse como precondition del mismo sistema) por el capitalismo. Y que reproduce una serie de prácticas de violencia sistemática sobre los cuerpos de la clase dominada por la dominante (burguesía/proletariado).

2.11 Sociología Francesa:

A partir de las revoluciones culturales; como el feminismo, los movimientos estudiantiles, laborales y la revolución sexual fungieron como avanzada teórica y política, propicio que se comenzaron a popularizar las producciones de análisis corporal, uno de los contextos donde tomó gran importancia fue en la sociología francesa, donde se volvería el centro de la producción del cuerpo en las ciencias sociales, y que serían el fundamento de una cada vez más nutrida sociología del cuerpo, que fue protagonizado por dos de los sociólogos más importantes de la segunda mitad del siglo XX , por un lado con Michael Foucault que analizó, de manera magistral, el componente político y de poder inherente en el cuerpo en las sociedades contemporáneas. Por otro lado, se encuentra Pierre Bourdieu desde la forma en que aborda la cultura y la corporalidad, en su categoría del *Habitus*.

2.11.1 Foucault: las disciplinas y el cuerpo

La teoría foucaultiana es de fundamental importancia en este trabajo, no solo por el hecho propio de ser paradigmático en el análisis corporal, e inaugurar toda una escuela de análisis del cuerpo desde el poder, sino porque es la espina dorsal del

análisis teórico de este texto, por lo que tendrá una mayor extensión, siendo en este apartado, solo un repaso de su participación en este proceso histórico.

Foucault fue mucho más allá que la gran parte de los teóricos, y a pesar de que se encontraba en la plenitud del contexto de la revolución feminista, la sexual y movimientos estudiantiles, observó en la supuesta liberación de las personas y sus cuerpos en la segunda mitad del siglo XX, todo lo contrario, seres sometidos, que se sentían y tenían todo un discurso que les decía que eran libres.

“Pero no hay que engañarse: no se ha sustituido el alma, ilusión de los teólogos, por un hombre real, objeto de saber, de reflexión filosófica o de intervención técnica. El hombre de que se nos habla y que se nos invita a liberar es ya en sí el efecto de un sometimiento mucho más profundo que él mismo. Un “alma” lo habita y lo conduce a la existencia, que es una pieza del dominio que el poder ejerce sobre el cuerpo. El alma, efecto e instrumento de una anatomía política. El alma, prisión del cuerpo.”
(Foucault M., 2006, pp.36)

Foucault es uno de los más contundentes críticos del mecanicismo moderno, altamente influenciado por Nietzsche, siendo que en su análisis del dualismo de Descartes, no sólo ve una concepción errada, él invierte el postulado, el alma se convierte en la prisión, en el yugo del cuerpo humano. Lo ve como un instrumento acondicionado para la dominación de los cuerpos, el sustento filosófico y cultural que permite ejercer el poder en los cuerpos para ser vigilados, castigados, educados, maleados, etc.

“... lo desarticula y lo recompone. Una ‘anatomía política’, que es igualmente una ‘mecánica del poder’ está naciendo; define cómo se puede hacer presa en el cuerpo de los demás, no simplemente para que ellos hagan lo que se desea, sino para que operen como quiere, con las técnicas, según la rapidez y la eficacia que se determina. La disciplina fabrica así cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos ‘dóciles’ “(Foucault, 2002, pp.141)

El cuerpo se vuelve así en el terreno del disciplinamiento foucaultiano, el lugar donde se inserta una educación de los individuos basada en la dominación disciplinaria, se conforman los cuerpos, tanto en su exterioridad, como también se crean actividades adecuadas, formas de moverse, con el objetivo de que se convierta en un cuerpo controlado políticamente, que debe reproducir el juego de

poder de manera eficiente, y discreta (aquí se pueden observar coincidencias evidentes con el feminismo). Un cuerpo formado con un fin determinado, y que reproduce las lógicas imperantes que nos hemos puesto la tarea de analizar y es a través de esas lógicas que nos podemos acercar a comprender las disciplinas.

... a través de las técnicas de sujeción, se está formando un nuevo objeto; lentamente, va ocupando el puesto de cuerpo mecánico, del cuerpo compuesto de sólidos y sometido a movimiento, cuya imagen había obsesionado durante tanto tiempo a los que soñaban con la perfección disciplinaria. [...] es el cuerpo natural, portador de fuerza y sede de una duración; es el cuerpo susceptible de operaciones específicas, que tienen su orden, su tiempo, sus condiciones internas, sus elementos constitutivos [...] cuerpo del ejercicio, cuerpo del encauzamiento útil. (Foucault, 2002, pp. 247)

Estas relaciones con los cuerpos por medio del poder, para Foucault, fueron fundamentales para el desarrollo del capitalismo, toda esta transformación de la posición del cuerpo en un nivel ontológico, de lo que significa para el ser, permitió el desarrollo de toda una serie de dinámicas sociales, abusos, y dominaciones, que ya hemos abordado.

Si el despegue económico de occidente ha comenzado con los procedimientos que permitieron la acumulación del capital, puede decirse, quizá, que los métodos para dirigir la acumulación de los hombres han permitido el despegue político respecto de las formas de poder tradicionales, rituales costosos, violentos y que, caídas pronto en desuso han sido sustituidas por toda una tecnología fina y calculada de sometimiento. (Foucault M., 2006, pp.216)

La Historia en Foucault se vuelve la lucha de grupos contingentes con una voluntad de poder, la racionalidad se erige con violencia negando la locura, y otras formas de racionalidad, es necesario entender el devenir histórico desde Foucault como una serie de rupturas accidentales, producidas por la ocasión y el conflicto en coyunturas que chocan, esto acompañado de un rechazo a la narrativa oficial de los saberes médicos, para que la historia del cuerpo sea relativizada. En las sociedades disciplinares de Foucault el control llega incluso a las actividades físicas de “esparcimiento” de “ocio”, en los cuales se podría pensar que hay una libertad amplia del actor, algo que se volverá fundamental a la hora de analizar al fitness.

2.11.2 Bourdieu: cuerpo y *habitus*

Otro de los teóricos fundamentales de la sociología francesa de la segunda mitad del siglo XX es Pierre Bourdieu, y que también retomó al cuerpo como objeto de conocimiento social. Un concepto básico para entender a Bourdieu y la forma en que abordaba la cultura y con ello la corporalidad, es el *Habitus*, **la cual el define de la siguiente manera;**

... como trabajo de inculcación con una duración, suficiente para producir una formación duradera, o sea, un *habitus* como producto de la interiorización de los principios de una arbitrariedad cultural capaz de perpetuarse una vez terminada la AP (acción pedagógica) y, de este modo, de perpetuar en las prácticas los principios de la arbitrariedad interiorizada. (Bourdieu P., 2000, pp. 72)

Este concepto será fundamental en la obra de Bourdieu, que consiste en la interiorización de una cultura, un proceso pedagógico que como hemos visto en el capítulo primero, el cuerpo no es ajeno a estas prácticas. El *habitus* en Bourdieu es coyuntural, depende de la situación específica en que se encuentra el individuo, desde esta perspectiva se puede concebir claramente su dimensión corporal.

La imagen social de su cuerpo, con la que cada agente tiene que contar, sin duda desde muy temprano, se obtiene por tanto mediante la aplicación de una taxonomía social, cuyo principio coincide con el de los cuerpos a los que se aplica. Así pues, la mirada no es un mero poder universal y abstracto de objetivación, como pretende Sartre; es un poder simbólico cuya eficacia depende de la posición relativa del que percibe y del que es percibido o del grado en que los esquemas de percepción y de apreciación practicados son conocidos y reconocidos por aquel al que se aplican (Bourdieu P., 2000: pp. 85).

Al analizar al cuerpo desde la perspectiva simbólica, todas las tesis deterministas y biologicistas de los comportamientos y dinámicas sociales, quedan en un segundo plano, ya que al observar que el cuerpo desde esta visión, el concepto muta dentro del campo simbólico, que de forma muy esquemática se refiere al espacio de acción social, según el *habitus*, que se refiere a los esquemas de pensar/actuar del individuo. Así el cuerpo no queda como una realidad objetiva invariable, sino que se ven influenciados y en su caso dominados, por la clase social, la cultura, la política, el género, entre otros.

...las propiedades corporales (sean) aprehendidas a través de los esquemas de

percepción, cuya utilización en los actos de valoración depende de la posición ocupada en el espacio social: las taxonomías existentes tienden a enfrentar, jerarquizándolas, las propiedades más frecuentes en los dominadores y en los dominados flaco/gordo, grande/pequeño, elegante/grosero, ligero/pesado, etc. (Bourdieu, 2000: pp. 84 -85).

Para Bourdieu el cuerpo es un terreno simbólico que se juega en la dinámica natural de lo que él denomina como la producción de bienes culturales, si bien es muy complicado dar una explicación a profundidad de la teoría de Bourdieu en este texto, algo que es menester enfatizar es que relativiza al cuerpo dependiendo este de diferentes tipos de contextos en los que el individuo queda inserto, el cuerpo se convierte así en un capital que puede ser maleado, explotado, y potencializado dependiendo de su lugar en el mundo.

2.12 Las Sociologías del cuerpo

En la revisión genealógica, la sociología francesa, con exponentes como Bourdieu y Foucault, retomó el cuerpo como tema importante a partir de la coyuntura que ponía en duda esta concepción del cuerpo a través de las revoluciones culturales y movimientos de masas e intelectuales, sin embargo, nunca se buscó la instauración de una sociología del cuerpo como tal.

Si bien Bourdieu y Foucault, como algunos autores en las ciencias sociales en los últimos 100 años, hacen análisis puntuales sobre el cuerpo y forman parte importante de su desglose teórico, nunca es la parte central de sus análisis. Pero ellos fueron los que abrieron el camino a los intentos de institucionalizar corrientes sociológicas que su base sea la condición corporal. Si bien ha habido una gran variedad de autores en los últimos treinta años, nos concentramos en dos, David Le Breton (2002) y Bryan S. Turner (1989,).

2.12.1 David Le Breton: ciencias sociales, interdisciplina y cuerpo

El autor Frances David le Breton es uno de los autores más activos e influyentes en la creación de conocimiento social del cuerpo, ha puesto con dos de sus textos principales, *Sociología del cuerpo* y *Antropología del cuerpo*, el tema de la corporalidad como materia simbólica central en la experiencia humana y objeto a

aprehender desde sus textos. En ellos pone de manifiesto la presencia incesante del cuerpo en la vida cotidiana. La pregunta que se propone es ¿qué papel juega la carne en la relación del hombre con el mundo? ante todo, como un productor de sentido, y al mismo tiempo producto de una actuar cotidiano, un ethos o un habitus que lo moldea a él y a sus gestos. El observa en el cuerpo un punto de confluencia entre los grandes elementos de la sociedad.

El cuerpo es la interfaz entre lo social y lo individual, la naturaleza y la cultura, lo psicológico y lo simbólico. Por eso su enfoque sociológico o antropológico exige una prudencia particular, la necesidad de discernir con precisión las fronteras del objeto (Le Breton, 2002, pp.97)

David Le Breton se ha dedicado fundamentalmente a la teoría social del cuerpo, haciendo una recopilación histórica, y analítica de los abordajes al cuerpo, desde un punto de vista crítico, y proponiendo la instauración de una “Sociología del cuerpo”, que inevitablemente está en el cruce de una gran variedad de disciplinas como la antropología, la historia, la psicología, la biología, la medicina, entre muchas más, esto porque el *cuerpo es la interfaz del mundo natural y social*, lo que exige extrema prudencia. En este sentido, el mismo realiza una advertencia para los que busquen analizarlo “Toda relación con el cuerpo es efecto de una construcción social. También, para el investigador, si es de los más exigentes, es el fruto de una conquista, de una mirada y, por lo tanto, de categorías mentales particulares.” (Le Breton, 2002, pp. 98-99)

Para Le Breton toda sociología del cuerpo tiene que partir de un mínimo de claridad, y define cuatro tareas básicas; definir el cuerpo del que se habla, independencia del discurso sociológico, entender lo relativo de las concepciones corporales y evitar las ambigüedades. Esto es todo un avance en la disciplina sociológica que busca analizar lo corporal, un intento claro de sentar las bases de una corriente que tiene objeto fundamental a los cuerpos.

Debe dedicarse a realizar un inventario metódico de las modalidades corporales que se utilizan en los diferentes grupo sociales y corporales que se utilizan en los diferentes grupos sociales y culturales extraer sus formas y sus significaciones, sus vías de transmisión, dedicarse también a la comparación entre grupos; encontrar

las emergencia de nuevos gestos, posturas, prácticas físicas; hacer el inventario de las representaciones del cuerpo que aparecen en esta época, discernir sus influencias recíprocas (Le Breton, 2002, pp. 97)

Le Breton, si bien es optimista con la constante producción de conocimiento social del cuerpo, sobre todo a partir de la década de los 70, admite que la sociología del cuerpo es una disciplina inacabada, con la incertidumbre que esto conlleva.

2.12.2 Bryan S. Turner. La Genesis de la sociología del cuerpo

En el análisis de Turner, el cuerpo se vuelve una cuestión fundamental para la racionalización moderna, un punto de convergencia del poder y del saber (categorías foucaultianas a las que se adscribe). Pero el contexto de Turner le ha permitido utilizar los avances en la sociología del cuerpo, y el método de Foucault para analizar las nuevas formas que han tomado las dinámicas en las sociedades de consumo características del capitalismo tardío, el mismo mercado se ha redireccionado, respondiendo a las revoluciones culturales, al cuerpo, se ha creado todo un mercado de consumidores que toma el cuerpo como su objeto.

La publicidad moderna y el consumo contemporáneo se hallan mucho más organizados en derredor del cuerpo: su reproducción, su representación y sus procesos. El cuerpo es transformado en mercancía y pasa a ser el medio primordial para la manufactura y distribución de bienes. El mantenimiento del cuerpo y la sobrevivencia del cuerpo se han convertido en temas elementales de la reproducción y distribución contemporáneas. (Turner, B, 1989, pp. 17)

Para Turner el cuerpo debe ser entendido como parte de la voluntad de poder y de saber, el cuerpo como no un hecho biológico incontrovertible, sino como una visión, una interpretación cultural, impuesta desde el discurso, instituciones y disciplinas con objetivos y consecuencias. Para Turner la sociología del cuerpo comprende 4 tareas corporales a analizar que toda sociedad:

Toda sociedad enfrenta cuatro tareas: la reproducción de las poblaciones en el tiempo, la regulación de los cuerpos en el espacio, el refrenamiento del cuerpo "interior" por vía de las disciplinas, y la representación del cuerpo "exterior" en el espacio social. (Turner, B, 1989, pp. 26)

Estas tareas son las esenciales de todo sistema de control disciplinario, de cualquier sistema de poder que busque controlar al cuerpo, y que se ha visto traducido en ciencias disciplinares, como la demografía, las ciencias médicas, etc., aquí se muestra la influencia directa de Foucault, y que se abordará a detalle más adelante. Al final de su texto más significativo, *“el cuerpo y la sociedad”*, propone los siguientes imperativos mínimos, como punto de partida de todo análisis del cuerpo desde la sociología.

Es decir, la sociología del cuerpo debe, en esencia, consagrarse a la naturaleza de la ontología social. En sociología, el debate acerca de la naturaleza del ser ha tomado característicamente un giro relativista. Desde el momento en que todos los atributos humanos aparecen como culturalmente específicos. Es difícil situar cualquier característica humana que se muestre como especialmente universal e históricamente continua. (Turner B., 1989 , pp. 273)

Si bien Turner está ampliamente influenciado por Foucault, en su análisis agrega dinámicas que ha tomado la individualidad moderna, que son fundamentales, las nuevas formas en la que el yo se maneja, referentes a las prácticas narcisistas, el hedonismo, el consumo masificado, y otras formas, que afectan y moldean directamente al cuerpo y sus prácticas cotidianas.

La fascinación hedonista con el cuerpo existe para realzar la actuación competitiva. Trotamos, adelgazamos y dormimos, no por el disfrute intrínseco, sino para mejorar nuestras oportunidades en el sexo, el trabajo y la longevidad. El nuevo ascetismo de las relaciones sociales de competencia existe para provocar el deseo, un deseo que se encuentra subordinado a la racionalización del cuerpo como el triunfo final del desarrollo capitalista. la obesidad se ha vuelto irracional. (Turner B., 1989, P.149)

Estas nuevas formas que ha tomado el individuo y con ello su cuerpo, ha sido en parte a través de relaciones hedonistas, ascetismos de clase narcisista (no por una cuestión espiritual como antaño, sino por una gratificación individual), el cuerpo racionalizado en todo un sistema que se basa en cuestiones de eficiencia traducido en la salud, y estética traducida en las apariencias, todo esto es fundamental para entender las crecientes prácticas corporales hedonistas, y el éxito de nuevas disciplinas, como lo es el Fitness.

En resumen, al hacer este recorrido por las formas en que distintas corrientes de pensamiento filosófico y científico abordaron al cuerpo resaltan varios elementos, en primera instancia es que se vuelve fundamental, desde la filosofía poner la concepción dualista y mecanicista de la existencia a un escrutinio y análisis rigurosos, una concepción que ve al cuerpo y al alma como dos elementos disímbolos, y en ocasiones contrapuestos, y que es la base donde se ha construido las dinámicas corporales de las sociedades modernas.

Entonces, desde una perspectiva crítica que busca teorizar y reflexionar sobre el cuerpo, es un imperativo poner a revisión la concepción que se tiene del cuerpo en la sociedad moderna.

Llegados a este punto, es necesario plantear que el cuerpo fue un tema marginal para las ciencias sociales hasta la mitad del siglo XX y que, por su naturaleza misma, fue desde la filosofía donde se encontraron las primeras críticas a la visión moderna del cuerpo. En específico a la visión mecanicista del cuerpo representada en la obra de Descartes y que sería hasta la emergencia de movimientos políticos y sociales que pusieron al cuerpo y la sexualidad en el centro del debate público en las décadas de los 60 y 70, que se tomaría al cuerpo como un tema relevante a abordar desde la perspectiva social. Movimientos como lo fue claramente el feminista que puso el cuerpo de las mujeres como un elemento fundamental, cargado de alto valor simbólico y político, sujeto a violaciones y dominaciones sistemáticas.

En conclusión, el cuerpo ha sido uno de los puntos nodales en la existencia humana que fue obviada por mucho tiempo por las ciencias sociales, por su evidente influencia del cartesianismo, y la modernidad en general. Más allá de las opiniones, es necesario retomar el análisis desde nuestras disciplinas sociales, para un mayor entendimiento de las dinámicas en general.

Capítulo III: El Fitness como disciplina.

El presente capítulo representa el análisis central de la investigación. En los capítulos anteriores demostramos la necesidad de tener un sustento mínimo para poder pensar al cuerpo, no como un mero fenómeno físico sino como un elemento central en la sociedad y tener una idea más fundamentada de lo que simboliza el cuerpo moderno. Esto junto a un esbozo de los esfuerzos contemporáneos de delimitar una sociología del cuerpo, y a través de esto analizar una práctica cotidiana que se ha popularizado, el fitness, en la época contemporánea

Para iniciar este capítulo desarrollaremos el sustento metodológico y teórico del mismo, con base en la teoría del poder disciplinario de Michael Foucault, y fundamentalmente en *Vigilar y castigar* (2002) y sus tres tomos de *Historia de la Sexualidad* (1998, 2007, 2003). Si bien lo abordamos de forma muy esquemática en el capítulo anterior, en el presente retomaremos los conceptos que se utilizaran para el análisis central del texto.

Otro aporte que será fundamental para este análisis vendrá por parte del trabajo de Jennifer Smith Maguire *Fit For Consumption: Sociology and the Business of fitness* (2008) principalmente en su análisis histórico/ descriptivo del fitness, dejando de lado su reflexión desde la teoría Bourdiana, para entender de forma esquemática lo que es el fitness y poder abordarlo desde su dimensión discursiva. En el mismo sentido nos apoyaremos en diversos textos de diferentes corrientes y disciplinas para cuestiones más específicas como el narcisismo moderno o nuevas formas de concebir al cuerpo, de la mano de filósofos como Gilles Lipovetsky con su texto de la “era del vacío” (2003), o Alba Rico con su texto “Ser o no ser un cuerpo” (2017).

3.1- Foucault, el poder y las disciplinas.

Para Michel Foucault es fundamental analizar la pertinencia de los discursos y sus aplicaciones prácticas, que como vimos en el capítulo dos, mismos que producirán por medio de diferentes métodos, lo que él define como *cuerpos dóciles*, algo que

en primera instancia contradice completamente lo que discursivamente busca el fitness, la búsqueda de un cuerpo más capaz, fuerte y responsivo, invulnerable, etc.

En su obra de la *Historia de la sexualidad: Tomo I (1998)* Foucault pone en duda el discurso e imaginario social de una supuesta libertad corporal, del deseo que se tenía de la época victoriana y, la idea de que esto fue seguido de una posterior imposición de la represión como relación fundamental entre el poder y el sexo en la cultura occidental poniendo en duda el discurso de lo que se ha entendido por la sexualidad desde el siglo XVIII.

En este texto es donde analiza la sexualidad, y define la tarea fundamental según su método, que es *“determinar en su funcionamiento y razón de ser, el régimen de poder-saber-placer que sostiene en los sujetos el discurso de la sexualidad”*(1998) y en el caso de este texto el de la corporalidad humana. Foucault lo define claramente de la siguiente forma:

De ahí el hecho de que el punto esencial (al menos en primera instancia) no sea [19] saber si al sexo se le dice sí o no, si se formulan prohibiciones o autorizaciones, si se afirma su importancia o si se niegan sus efectos, si se castigan o no las palabras que lo designan; el punto esencial es tomar en consideración el hecho de que se habla de él, quiénes lo hacen, los lugares y puntos de vista desde donde se habla, las instituciones que a tal cosa incitan y que almacenan y difunden lo que se dice, en una palabra, el "hecho discursivo" global, la "puesta en discurso" del sexo. De ahí también el hecho de que el punto importante será saber en qué formas, a través de qué canales, deslizándose a lo largo de qué discursos llega el poder hasta las conductas más tenues y más individuales, qué caminos le permiten alcanzar las formas infrecuentes o apenas perceptibles del deseo, cómo infiltra y controla el placer cotidiano —todo ello con efectos que pueden ser de rechazo, de bloqueo, de descalificación, pero también de incitación, de intensificación, en suma: las "técnicas polimorfos del poder. (Foucault M., 1998, pp. 10)

Esto es lo que Foucault busca dilucidar acerca de la sexualidad, qué técnicas del poder trasladan el discurso o discursos, al deseo individual y personalizado. La búsqueda de las instancias que se encargan de las producciones discursivas de un saber especializado, en qué corriente del pensamiento se anclan, cuáles son sus antecedentes, y si es el caso, que ciencia lo produce, y qué lógicas de poder y dominación desencadenan las producciones de saber. Esto es fundamental tenerlo

presente en el caso del cuerpo, y en retrospectiva de todo el recorrido histórico y epistemológico que se realizó en los primeros dos capítulos.

En las técnicas del poder del sexo, que es el análisis fundamental en estos textos de Foucault, el autor observa la diseminación e implantación de sexualidades “*polimorfos*” diferentes, que tienen distintos objetivos y la voluntad de saber en la construcción de una ciencia de la sexualidad al igual que las ciencias especializadas en el cuerpo con el objetivo de que analicen, controlen y produzcan sexualidades. Y que, en el caso de este texto, es fundamental plantearnos esto en la lógica de los cuerpos.

Foucault caracteriza una reestructuración revolucionaria del saber sexual, que se caracteriza por una difuminación y multiplicación, en aras “*de alcanzarlo y nombrarlo todo para que nada escape*”. En este sentido, la primera propuesta teórica de este trabajo es que el cuerpo y la sexualidad llevan procesos paralelos y complementarios; el cuerpo sufre el mismo proceso que la sexualidad, representada desde el periodo que se denominó la “*invención del cuerpo*” que delimitamos anteriormente en el renacimiento. Bajo esta premisa, en las citas donde se hace referencia a la sexualidad, habrá que considerar también al cuerpo.

Bajo el manto de un lenguaje depurado de manera que el sexo ya no pueda ser nombrado directamente, ese mismo sexo es tomado a su cargo (y acosado) por un discurso que pretende no dejarle oscuridad ni respiro [...] la conminación del occidente moderno (Foucault M., 1998, pp.14)

De igual forma, es en el texto de la *Historia de la sexualidad* (1998) donde se define a las disciplinas, de forma muy esquemática, siendo estas técnicas que buscan ordenar a los individuos bajo tres criterios: 1) ejercer el poder de forma discreta y poco costosa evitando mayor resistencia; 2) multiplicar su intensidad y extensión; y 3) aumentar la docilidad y utilidad de los sistemas que lo componen, si bien son objetivos muy amplios, son fundamentales para el desarrollo práctico de las disciplinas, sobre todo si se hace un análisis histórico de la evolución de las mismas, y que serán identificables claramente en el Fitness.

Las disciplinas en la actualidad se han vuelto la fórmula de dominación generalizada, una relación desde el poder menos violenta y mucho más discreta a las que se demostraban en épocas previas, como los suplicios, analizados en *Vigilar y Castigar* (2002) pero incluso más eficientes, que tiene unos nuevos objetivos que se adecuan a la forma que ha tomado la sociedad, en este caso el capitalismo y la sociedad de consumo. Un ejemplo de esta adecuación se muestra al observar cómo, cuando el ascetismo monástico buscaba garantizar la renuncia al placer, las disciplinas buscan un aumento de la utilidad de los individuos y más tardíamente del consumo.

..... si bien implican la obediencia al otro, tienen por objeto principal un aumento del dominio de cada cual sobre su propio cuerpo. El momento histórico de las disciplinas es el momento en que nace un arte del cuerpo humano, que no tiende únicamente al aumento de sus habilidades, ni tampoco a hacer más pesada la sujeción, si no a la formación de un vínculo que, en el mismo mecanismo, lo hace tanto más obediente, cuanto más útil y al revés. (Foucault M., 2006, pp. 141)

La disciplina comprende así, según Foucault, un actuar altamente estructurado, creando métodos, verdades, reglas, técnicas e instrumentos en el espacio, que tiene como su objetivo el cuerpo. En sistemas previos como el de la esclavitud que se basaba en una relación de propiedad, las del vasallaje que buscaba súbditos, o del ascetismo que buscaba renuncia; la disciplina, por otro lado, busca optimizar la utilidad, aumentar la fuerza física de los cuerpos, y sobre todo al mismo tiempo despolitizarlos, es decir, disminuir las posibles resistencias ante el control disciplinario. Este es un elemento que al remitirnos a la historia ya revisada del cuerpo en occidente se hace evidente, al ver la individualización, la desacralización de los cuerpos, y su transformación en un mero objeto, en una máquina.

Otro elemento fundamental para esta investigación acerca del poder disciplinario es el de entender en las disciplinas el factor que Foucault señala como “ilusión de la auto adscripción”, sobre todo en las sociedades actuales y en particular, el Fitness. En su refinamiento, el disciplinamiento se verá como un derecho, como una forma de volverse más apto para formar parte de la sociedad, y como algo necesario el pertenecer a las instituciones disciplinarias, el auto mejoramiento será fundamental

en todos los aspectos del individuo, un elemento fundamental en el contexto actual, y más aún en el fitness, siendo una de las expresiones discursivas más presentes en su despliegue. Foucault propone lo siguiente “Es preciso más bien ver en las disciplinas una especie de contra derecho. Desempeñan el papel preciso de introducir unas asimetrías insuperables y de excluir reciprocidades.” (Foucault M., 2006, pp. 226)

De igual forma, Foucault delimita una política de las coerciones sobre el cuerpo, una manipulación calculada de sus elementos. Las disciplinas exploran, desarticulan y recomponen el cuerpo con fines utilitarios, un control metódico sobre su actividad, sus tiempos, la forma en que se articula con los espacios y los objetos, una relación analítica con el cuerpo, que cada vez se volverá más evidente, así nace una lo que Foucault definió como biopolítica; “

Si se puede denominar "biohistoria" a las presiones mediante las cuales los movimientos de la vida y los procesos de la historia se interfieren mutuamente, habría que hablar de "biopolítica" para designar lo que hace entrar a la vida y sus mecanismos en el dominio de los cálculos explícitos y convierte al poder-saber en un agente de transformación de la vida humana; esto no significa que la vida haya sido exhaustivamente integrada a técnicas que la dominen o administren; escapa de ellas sin cesar. (Foucault M., 1998, pp.14)

Foucault ve en esta biopolítica no sólo el qué hacer, sino el cómo, la rapidez, los espacios y la eficiencia. Es desde la biopolítica, un poder y estatización sobre la vida, que el cuerpo individual o las poblaciones, son abordados a través de mecanismos y técnicas de disciplinamiento.

De igual forma, Foucault demuestra que en la modernidad hay una conminación a hablar constantemente del cuerpo, como la sexualidad, que se manifiesta en una cantidad cada vez mayor de discursos, que se autorizan a sí mismos y descalifican otros. Esto con la finalidad de apropiarse de cada aspecto del cuerpo para controlarlo, moldearlo, reproducirlo y sobre todo la producción de un conocimiento que se instaure como la “verdad del cuerpo” Pero esto, sólo puede llevarse a cabo por medio de un sistema punitivo de control y de gratificaciones, para esto el autor

propone su expresión técnica en la confesión, y delimita sus inicios en la tradición ascética y monástica, termino fundamental para la construcción de la teoría del poder disciplinario;

..... pero también de los procedimientos científicos de observación y demostración, la confesión se convirtió, en Occidente, en una de las técnicas más altamente valoradas para producir lo verdadero. Desde entonces hemos llegado a ser una sociedad singularmente confesante. La confesión difundió hasta muy lejos sus efectos: en la justicia, en la medicina, en la pedagogía, en las relaciones familiares, en las relaciones amorosas, en el orden de lo más cotidiano, en los ritos más solemnes; se confiesan los crímenes, los pecados, los pensamientos y deseos, el pasado y los sueños, la infancia; se confiesan las enfermedades y las miserias; la gente se esfuerza en decir con la mayor exactitud lo más difícil de decir, y se confiesa en público y en privado, a padres, educadores, médicos, seres amados; y, en el placer o la pena, uno se hace a sí mismo confesiones imposibles de hacer a otro, y con ellas escribe libros. (*Foucault M., 1998, pp.14*)

La confesión, como la define Foucault, es una relación fundamental en la historia disciplinar del poder, que ha formado los tipos de relación desde el poder y que, a pesar de su inicio monástico, se han descompuesto y diseminado sus formas en gran parte de las prácticas. En la actualidad, esta técnica de poder puede tomar matices muy distintos a sus inicios, incluso aunque sea virtual la confesión, se realiza a alguien (individuo, o instituciones) que lo demanda, que lo juzga, que da su veredicto. En resumen, se trata de un ritual que la sola enunciación produce resultados.

En este sentido, la confesión solo puede ser comunicada si se tiene el código correcto, por lo que es fundamental traducir todo en discurso, un discurso que puede ser analizado y confesado. De esta forma, se constata una abundante cantidad de discursos autorizados por la ciencia médica, que han proliferado referentes al cuerpo con el inicio de la modernidad. En este sentido, es necesario resaltar las diversas similitudes confesionales que guardan tantas disciplinas como la medicina, la nutrición, los entrenamientos guiados, entre otras prácticas cotidianas en la época contemporánea. Es la proliferación de los discursos, como menciona Foucault sobre el sexo “¿Censura respecto al sexo? Más bien se ha construido un artefacto para

producir discursos sobre el sexo, siempre más discurso, susceptibles de funcionar y surtir efecto en su economía misma.” (Foucault M., 1998, pp.16)

Para Foucault la ciencia médica bajo un velo de objetividad es una nueva forma del confesionario, en una lógica de poder sobre el sexo y los cuerpos, que los moldea según sus objetivos, lo que Foucault denominará la *estrategia* y que tendrá su expresión más clara en el siglo XIX en la biología de la reproducción y la medicina del sexo. Esto lo ejemplifica el mismo, al realizar una revisión y análisis de lo que se habla, escribe y promociona sobre la sexualidad.

En este sentido, Foucault observa que todo Estado tiene 4 tareas a primordiales sobre los cuerpos de las personas: 1) la reproducción de las poblaciones en el tiempo; 2) la regulación de los cuerpos en el espacio; 3) el control de los impulsos del cuerpo vía disciplinas; y 4) la representación de los cuerpos en el espacio. Esto es una necesidad histórica de los Estados, que se ha ido sofisticando en su control, haciéndose evidente con el surgimiento de conocimientos especializados, y ciencias. Cada una de estas tareas primigenias tienen ciencias especializadas: la demografía, la sociología urbana, la sexualidad, la medicina reproductiva, terapias de distinto tipo, etc.

Otro elemento que identifica Foucault, y que es de particular importancia para el tema de esta investigación es que la efectividad de este discurso y esta forma de confesión no presencial ni sacralizada no está en el receptor sino en la reacción de lo que causa en él que se confiesa, un sentimiento de culpa constante, un sentirse observado.

El confesionario, observa Foucault, tuvo un proceso de transformación por medio del protestantismo, la contrarreforma, la pedagogía del siglo XVIII y la medicina del XIX, que lo despojó de su ritualidad social, de su nicho eclesiástico y que causó una diseminación en una gran serie de relaciones, técnicas y dinámicas de poder. Un proceso indispensable para las disciplinas. Estas dos cuestiones, del sentirse observado y el sentido confesional, en la época de las redes sociales se alcanzarán niveles de alcance mucho mayores.

En todo caso, desde hace casi ciento cincuenta años, está montado un dispositivo complejo para producir sobre el sexo discursos verdaderos; un dispositivo que atraviesa ampliamente la historia puesto que conecta la vieja orden de confesar con los métodos de la escucha clínica. Y fue a través de este dispositivo como, a modo de verdad del sexo y sus placeres, pudo aparecer algo como la “sexualidad”. (Foucault M., 1998, pp. 41)

Como queda de manifiesto, esta forma en que el poder se relaciona con los cuerpos, no fue un descubrimiento repentino, fue una serie de cambios diseminados en instituciones escolares, hospitalarias, militares, carcelarias etc., que fueron diseñando nuevas formas de dominación, castigo y gratificación, retroalimentándose para llegar a un método general, imponiéndose para responder a la coyuntura. Desde esta tesitura, es indispensable remitirse a lo visto en los primeros dos capítulos para ver el desarrollo de las disciplinas a partir de la historia del cuerpo. En este sentido, es a través de técnicas minuciosas el medio por el cual define la adhesión del cuerpo a una “*microfísica*” del poder, o como la menciona Foucault “*una anatomía política hasta el menor detalle*” (1998), por lo cual, se vuelve necesario para entender las dinámicas de poder la utilización de dos categorías analíticas: la estrategia y la técnica.

Los discursos son elementos o bloques tácticos en el campo de las relaciones de fuerza; puede haberlos diferentes e incluso contradictorios en el interior de la misma estrategia [...] hay que interrogarlos en dos niveles: su productividad táctica (qué efectos recíprocos de poder y saber aseguran) y su integración estratégica (cuál coyuntura y cuál relación de fuerzas vuelve necesaria su utilización en tal o cual episodio de los diversos enfrentamientos que producen) (Foucault M., 1998, pp. 60)

La estrategia, es la forma en la que se traduce todo un sistema de juego de poder, de fuerzas que producen una serie de discursos, y las tácticas, son su implementación práctica, que se encauzan en una relación circular, es decir, son los medios para alcanzar un fin, la forma en que se insertan las personas y se designan toda una serie de relaciones que buscan evitar los enfrentamientos.

Las estrategias de poder son el conjunto de medios para mantener a flote un dispositivo, el cual es fundamental para la puesta en práctica de las disciplinas. En este sentido, para la propuesta de este trabajo, que es el fitness como dispositivo

disciplinario, es necesario visualizar la red de relaciones que se establecen, discursos, instituciones, arquitectura, individuos, etc. y que proporcionan un nexo entre las disciplinas y los actores individuales. Dicho esto, ¿que es un dispositivo? Foucault nunca lo definiría, pero el filósofo Giorgio Agamben lo haría

Resumamos brevemente en tres puntos: 1)

[El dispositivo] se trata de un conjunto heterogéneo que incluye virtualmente cada cosa, sea discursiva o no: discursos, instituciones, edificios, leyes, medidas policíacas, proposiciones filosóficas. El dispositivo, tomado en sí mismo, es la red que se tiende entre estos elementos.

2) El dispositivo siempre tiene una función estratégica concreta, que siempre está inscrita en una relación de poder.

3) Como tal, el dispositivo resulta del cruzamiento de relaciones de poder y de saber.(Agamben G., 2011, pp. 50)

Entonces, al enunciar al fitness como un dispositivo disciplinario, nos referimos al intricado sistema de relaciones, discursos, instituciones, edificios, espacios, individuos, etc. Que se ponen en juego en función de una estrategia disciplinaria muy concreta, la creación de cuerpos dóciles, y consumistas.

El método de Foucault exige un análisis profundo, de carácter histórico y epistemológico, representado en lo realizado en los primeros dos capítulos, para poder entender los diferentes sustentos que tienen los discursos y las disciplinas que se van formando y que en este texto son fundamentalmente sobre el cuerpo.

Lo esencial en las dinámicas sociales para Foucault es el poder, no como una institución, sino como una estrategia que permite su ejecución, no se adquiere, se ejerce en una serie innumerable de relaciones, no solo de forma jerárquica, también en relaciones horizontales, o de abajo hacia arriba. Pero lo más importante a resaltar es su carácter intencional, que se expresa en sus tácticas y estrategias.

Me parece que por poder hay que comprender, primero, la multiplicidad de la relaciones de fuerza inmanentes y propias del dominio en que se ejercen, y que son constitutivas de su organización; el juego que por medio de luchas y enfrentamiento incesantes las transforma, las refuerza, las invierte; los apoyo que dichas relaciones de fuerza encuentran las unas en las otras, de modo que formen cadena o sistema,

al contrario, los corrimientos, las contradicciones que aíslan a unas de otras; las estrategias, por último, que las tornan efectivas. (Foucault M., 1998, pp. 55)

Para Foucault, hay una reorganización del poder, que en la edad media se expresaba por medio de la guerra y que posteriormente a partir de la modernidad se traslada a prácticas del poder político, que, según él, “busca puntos de anclaje efectivos que permitan la realización de estas estrategias”. Para el autor, la sexualidad y el cuerpo tal vez en mayor medida se han convertido en un punto nodal para su instrumentalización, esta es una invención disciplinaria, como “*la invención del cuerpo*” en la modernidad expuesta anteriormente. Esto a partir de una producción circular entre los discursos y los dispositivos, se van retroalimentando y evolucionando.

En la descripción que realiza Foucault de las disciplinas, se organizan los espacios disciplinarios que establecen una fijación y circulación, instauran relaciones que garantizan obediencia y una mejor economía del cuerpo, que tienen una característica y función de aislamiento con el exterior, y crean un ambiente distinto al insertarse en dicho espacio, con un empleo hiper racionalizado y compartimentalizado del tiempo (consultorios, oficinas, laboratorios, salas de masaje, centros deportivos/recreativos, etc.).

En esta descomposición de los actos del individuo para su mayor control, no solo de sus tiempos, sino el establecimiento de un actuar corporal definido (las técnicas corporales revisadas por Mauss, 1979), y la utilización exhaustiva del cuerpo, se crean espacios donde la ociosidad no es permitida y se vuelve razón de coerción, esto es la base de una *microfísica del poder*, donde se tiene un control y vigilancia precisos de lo que pasa en estos espacios.

Las sociedades disciplinarias plantean nuevas necesidades, si bien, se basan en la discreción y la disminución de la violencia en los métodos de coerción con fines utilitarios, hay un imperativo para que las poblaciones se sientan vigiladas. Esto tendrá un avance exponencial en el sofisticamiento de las disciplinas con el desarrollo tecnológico, lo cual propicia una automatización y desindividualización del poder, que genera disciplinas aún más sutiles, siendo en la vigilancia un campo

de gran avance; “El panoptismo es el principio general de una nueva “anatomía política” cuyo objeto y fin no son la relación de soberanía sino las relaciones de disciplina” (Foucault M., 2006, pp. 212)

Ante esto, se tuvo una revolución en los métodos de vigilancia con el uso del panóptico, el cual no sólo es un edificio con fines carcelarios ideado por Jeremy Bentham, esa es su representación palpable, física y sin obstáculos por desarrollarse en el contexto específico de lo penitenciario, Foucault lo retoma para caracteriza una tecnología política que ha trascendido el tiempo y que se volvería de largo alcance y de múltiples usos. Es, para Foucault, la gran invención tecnológica del poder moderno y las disciplinas descansan en él.

El panóptico cumple uno de los objetivos primigenios de las disciplinas, reduciendo radicalmente el costo de la vigilancia y volviéndose así mucho más discreto, causando un sentido permanente de visibilidad sobre los cuerpos, que no descansa en su aplicación explícita, se vuelve cada vez más simbólico el sentimiento que crea un anonimato en el que vigila. La aplicación temprana del panóptico vendría desde una prisión hasta hospitales o escuelas y se caracterizaría por una presión y observación constante, sin necesidad de alguna falta o delito, que Foucault denomina como “la vigilancia incesante”.

Foucault nos muestra un mecanismo que se concentra en todos los cuerpos, pero que no puede ser señalado o identificado, es un sentimiento generalizado, el panoptismo se volvió en el procedimiento técnico de la coerción en la época contemporánea, descansa principalmente en técnicas disciplinarias fundamentales para la historia del poder moderno como lo es el examen, que ingresa la vida del individuo en la documentación de la realidad (expresándose en los registros, expedientes, test en los que el cuerpo se ve registrado ampliamente etc.), y que establecen casos documentados, veredictos y juicios.

Una sujeción real nace mecánicamente de una relación ficticia. De suerte que no es necesario recurrir a medios de fuerza para obligar al condenado a la buena conducta, el loco a la tranquilidad, el obrero al trabajo, el escolar a la aplicación, el enfermo a la observación de las prescripciones. (Foucault M., 1998, P. 206)

Para el autor, es imperativo partir del método de aproximarse a la formas en que el poder se traduce en la realidad, lo que él propone como “*regla de inmanencia*”, consiste en concentrarse en focos locales de poder, para descubrir expresiones de dinámicas mayores, el carácter circular entre las estrategias y sus técnicas, que es precisamente lo que se realiza en este capítulo, concentrarse en la práctica focalizada del Fitness, para dar cuenta de todo un sistema de disciplinas y dominación sobre los cuerpos enarboladas en un principio, desde la concepción moderna del cuerpo.

3.2- El *fitness* (prototipo disciplinario)

En el presente apartado la propuesta es analizar y proponer al Fitness como un prototipo de dispositivo disciplinario con las categorías expuestas anteriormente, una institución disciplinaria que cumple a cabalidad punto por punto, que incluso lleva a los extremos las bases técnicas de control, y que se muestran muy esquemáticamente.

Para entender al fitness retomaremos el trabajo de Jennifer Smith Maguire , *Fit for Consumption: Sociology and the Business of Fitness (2008)*, y que lo define como una educación en habilidades y recursos para una producción del “*ser competente*”. El Fitness tiene una dimensión aparente que es el cambio en la composición corporal, y que es fundamental en su práctica individualizada, pero lo principal para este texto es entender lo que subyace, la producción de forma sistemática y disciplinara de cuerpos útiles (*cuerpos dóciles*) “*para ser consumidos y que consuman*” (Foucault, 1998). En este sentido, es fundamental recordar dos elementos al hablar del Fitness, por un lado, lo que observó el mismo Foucault como la ilusión de la auto adscripción a las disciplinas, y por el otro, la importancia en la modernidad del auto mejoramiento, dos cuestiones que jugarán un papel fundamental en su desarrollo y en los discursos que enarbolan.

Que es Fitness? Desde el punto de vista de la medicina deportiva, fitness es una combinación de fuerza, flexibilidad y resistencia cardiovascular; puede ser

cuantificada y evaluada relativa a puntos de referencia [...] La definición vivida del fitness no es tan clara. Involucra sentimientos de capacidad, nociones de control (de nosotros mismos; y como otros nos ven), y entendimiento de normas sociales y expectativas, sean articulados por publicidad y medios en términos de belleza y juventud, o en documentos médicos o gubernamentales en termino de riesgos y salud. Fitness es un concepto complejo, su criterio y objetivos varían entre y según los individuos. (Smith J, 2008, pp. 1-2)

Como vimos anteriormente, con las categorías Foucaultianas, es menester revisar, sobre todo, las dinámicas y controles que se ejercen sobre la vida cotidiana de los individuos, que en la descripción por parte de Smith Maguire en la cita anterior, nos deja entrever una disciplina compleja, la cual abordaremos a profundidad. Por lo tanto, es necesario señalar que el cuerpo debe ser entendido inmerso en una dinámica de poder y de saber.

Fitness en su traducción textual puede ser interpretado como aptitud o habilidad que se tiene en cierto contexto, pero las prácticas que desarrolla esta disciplina, van más allá de la connotación literal. En este sentido sus criterios y objetivos varían según los individuos, articulados por los *discursos autorizados e impuestos*, que en este caso son las apariencias y los estándares de belleza, la juventud y el aborrecimiento al cuerpo envejecido, la salud, el régimen dietético y las ciencias médicas que imponen una responsabilidad individual en el estado de salud, en la forma corporal, en las capacidades etc.

Una revisión rápida de los sitios electrónicos, revistas especializadas, y cualquier material de divulgación propagado por las empresas que se basan en los discursos del dispositivo fitness dejan ver claramente el desenvolvimiento práctico de los elementos en los que se sustenta, y los conocimientos especializados en los que se basa.

Esto resulta evidente al observar la imagen que se muestra más adelante, proveniente de la página principal de una de las revistas especializadas en fitness más populares del mundo que lleva el nombre de “*MuscularDevelopment*” (Desarrollo Muscular), que ilustra perfectamente la mezcla de saberes y discursos disciplinarios, analizados por Foucault como la medicina y la sexualidad,

mostrándose en las pestañas de la parte de arriba de izquierda a derecha: “entrenamiento” “nutrición” “sexo y salud”, todo esto aunado al bombardeo de imágenes de cuerpos trabajados que aparecen en todos los recuadros y que se convierten en puntos de referencia junto con todas las técnicas necesarias a realizar.

Esto adicionado a una gran variedad de productos promocionados bajo el lema “*que te ayudarán a acercarte más rápido al objetivo*”, y que se dividen para cada momento o etapa, tanto en el entrenamiento físico, como en el resto del día.

The screenshot shows the homepage of Muscular Development. At the top, there's a navigation menu with categories like HOME, TRAINING, NUTRITION, Sex & Health, CONTESTS, TRENDING, VIDEOS, DIGITAL DIVAS, and FORUMS. Below the menu, there are several promotional banners for products like Mesomorph and Rocket Pop, featuring a 'BUY 1 GET 1 50% OFF' offer with the code 'ROCKET50'. A search bar is visible on the right side. The main content area is titled 'Sex' and contains a list of articles with columns for Title, Author, and Hits.

Title	Author	Hits
Better Abs, Better Sex?	Written by Daniel Gwartney, M.D.	Hits: 56806
Improving Sexual Function - Science Tells How	Written by Team MD	Hits: 49599
The Sex File 5 Facts to Pump You Up	Written by Team MD	Hits: 320330

Fuente: Foto del sitio de la revista especializada *Muscular Development* <http://www.musculardevelopment.com/>

El fitness en el siglo XXI se convertirá en una cuestión de mejoramiento social, y en un perfeccionamiento y actualización individual, una disciplina que como veremos, abordará gran parte de las actividades del ser, con fines de optimizar al individuo en su productividad y capacidad de consumo. Uno de los antecedentes directos más evidentes que tiene el fitness, que se ha vuelto una figura emblemática en la iconografía del fitness, fue el de Charles Atlas, que al principio del siglo XX se volvió un personaje muy relevante en la corporalidad masculina en América del Norte, principalmente Estados Unidos y Canadá, acompañado de la popularizaron

de una serie de manuales de técnicas de ejercicio y alimentación bajo su firma que promovían un tipo de cuerpo, de actividad física y régimen alimenticio.

En Atlas, la fórmula de movilidad social del siglo veinte a través de mejoramiento personal, apariencia y celebridad son privilegiadas a través del siglo diecinueve, una visión para moldear a los ciudadanos estadounidenses por medio de la cultura física.
¹ (Smith J, 2008, pp. 36)

Otro antecedente importante que observa Smith Maguire fueron algunas organizaciones cristianas/protestantes en Estados Unidos orientadas al ejercicio, los valores protestantes del trabajo duro, sacrificio personal y la ética de auto gratificación y auto enriquecimiento, acompañado por un lado de la revolución cultural y la liberación sexual/corporal de los años 60 y 70, y por el otro, del auge de las industrias de la apariencia, la publicidad y masificación de estereotipos de belleza que sustentaron una base de un deber ser. Esto significó la instauración de un discurso que estableció formas apropiadas de los cuerpos.

Posterior a estos antecedentes podemos situar el brote y la popularización del fitness en la década de 1970 (emergente, junto con los movimientos estudiantiles, laborales, feministas y la crisis corporal) basándose en la idea de “*self improvement*” una clase de automejora, ante esto se creó todo un mercado de consumo que recompensa con “status” a los cuerpos “mejorados”, a este fenómeno de la emergencia de una dinámica disciplinaria, Foucault lo llamará la *génesis de un dispositivo* que se caracteriza por dos momentos: el *objetivo estratégico*, que es la realización de la coyuntura, junto con su correlación de fuerzas que se tiene y la *constitución del dispositivo*, que es su emergencia y que busca disciplinar un espacio, respondiendo a coyunturas.

Lo ya mencionado se inserta a un contexto de una creciente cultura de las apariencias, el miedo a envejecer y a la enfermedad, del desprecio a la obesidad, al sedentarismo, de una constante exposición publicitaria de figuras estilizadas, entre otros elementos que fueron aprovechados por este dispositivo. Se trata de la

¹ Todas las citas referentes al texto de Smith Maguire son de traducción libre.

formación de cuerpos y personalidades a modo, la valorización de un cuerpo ejercitado como símbolo al mismo tiempo de un estilo de vida que se vuelve también una cuestión identitaria, una sociedad donde las apariencias se vuelven cada vez más importantes y estereotipadas.

El fitness en términos discursivos se muestra como algo muy benéfico, que salvará a la sociedad de lo que parecía un inevitable sedentarismo, y una serie de padecimientos de salud que acompañan este tipo de prácticas, como la inactividad física y de consumo irracional de los alimentos, muy presentes en la época contemporánea, pero en la realidad se vuelve una práctica impuesta, donde las apariencias se vuelven lo principal, y en sus niveles más extremos en detrimento de la misma salud.

Esto dota de manera superficial, un sentimiento de control al sujeto sobre su vida misma, en su realidad más cercana y palpable, el cuerpo, pero que es un cuerpo por naturaleza cambiante, falible, emergente, y de una inevitable tendencia a la degradación, características que los más férreos dualistas como Descartes aborrecían y eran la causa de su desprecio por el cuerpo. Esto bajo la forma en que se estructura discursivamente el fitness, que se promociona como una forma de alcanzar un nivel de salud óptimo, así como la construcción de un cuerpo específico, los cuales no son alcanzables, y están diseñados para objetivos de consumo.

Siguiendo la lógica de las disciplinas, que tienen la característica de crear sus propios espacios especializados, cerrados al exterior para su ejecución, aparecerá el “*club fitness*” en los años 70, Smith Maguire (2002) lo define como producto de la combinación de distintas formas de ejercitarse, basado en un enfoque de negocio, siendo un espacio dedicado a la clase media principalmente que proporciona una asociación, y servicios de varios tipos como clases en grupo, baños, regaderas, saunas, vapores, nutriólogos (esto es fundamental), entrenamientos personales, entre otros. De igual forma surgen gimnasios que no cuentan con estas amenidades y servicios, usualmente para estratos socioeconómicos más bajos, pero que se basan en el mismo sistema, de igual forma bajo el mismo discurso del fitness y que se consolidarán en las siguientes décadas. Esto representa la instauración de

espacios disciplinarios altamente controlados en los “lugares fitness” que tienen toda una dinámica de acción y códigos de conducta que va desde la vestimenta, hasta la utilización del tiempo, las técnicas corporales y otras, las cuales abordaremos más adelante. Lo principal de estos espacios es su alto nivel de control sobre los individuos que asisten “voluntariamente” y por iniciativa personal.

Se trata de establecer las presencias y las ausencias, de saber dónde y cómo encontrar a los individuos, instaurar las comunicaciones útiles, interrumpir las que no lo son, poder en cada instante vigilar la conducta de cada cual, apreciarla, sancionar, medir las cualidades o los méritos. Procedimiento, pues, para conocer, para dominar y para utilizar. La disciplina organiza un espacio analítico. (Foucault M., 2006, pp. 147)

La industria del fitness se ha visto formada principalmente por 3 elementos que observa Smith Maguire (2002) 1) el club; que combina ejercicios de calistenia y levantamiento de pesas, peso libre y peso integrado (máquinas) 2) los medios: el “Lifestyle” modo de vida, y 3) el personal training, entrenamientos personalizados, por parte de un profesional que acompaña en cada momento, dirigidos a la clase media y media alta. Todo esto ha tenido una creciente presencia a nivel mediático, con una gran gama de contenidos, guías de ejercicio, de estilo de vida, de consumo, y que está basado en bienes, mercancías, y servicios. Estas prácticas han tenido un crecimiento acelerado sostenido durante los últimos 40 años.

En una sociedad de consumo, como la contemporánea, las disciplinas vistas desde el enfoque de Foucault, han evolucionado en sus objetivos y su nivel de sofisticación debido al proceso circular de aprendizaje y creación de nuevos conocimientos que caracterizan a las disciplinas. Hoy, la optimización y funcionalidad continúan siendo parte elemental de la estrategia disciplinaria, pero el consumo se ha vuelto al igual, parte fundamental del encauzamiento de los individuos, sí cuerpos dóciles, pero también que consuman y consumibles.

El cuerpo, al convertirse en blanco para nuevos mecanismos de poder, se ofrece a nuevas formas de saber, cuerpo de ejercicio, más que de física especulativa; cuerpo manipulado por la autoridad, más que atravesado por los espíritus animales; cuerpo del encauzamiento útil y no de la mecánica racional, pero en el cual, por esto mismo,

se anunciará cierto número de exigencias de naturaleza y coerciones funcionales. (Foucault M., 2006, pp.159)

El fitness, como fenómeno social complejo tiene un sin fin de aristas por las que se puede abordar, Bourdieu demuestra que diferentes clases sociales tienen diferentes formas de ver la corporalidad, así en las formas de trabajar el cuerpo se observa un habitus de clase, la salud y la apariencia del cuerpo para la clase media y su producción de identidades es diferenciada a otras, que se ve reflejado en lo que mencionamos anteriormente de la diferencia entre el club y el gimnasio a secas, pero también se refleja en los tipos de productos y mercancías a los que se tiene acceso, desde ropa deportiva hasta suplementos alimenticios.

La clase no es el único factor que causa variaciones, el género al igual es fundamental, en la investigación de Smith Maguire (2002) se muestra que tres cuartas partes de la presencia de individuos en el espacio fitness es de las mujeres, en este caso son la mayoría. Al igual que en la clase, las presiones corporales son diferenciadas dependiendo del género, históricamente y no solo en el período donde aparecen las disciplinas, el cuerpo de la mujer ha sido objeto de una dominación diferenciada y constante.

Puesto que el gobierno del cuerpo es, de hecho, el gobierno de la sexualidad, el problema de la regulación es, en la práctica, la regulación de la sexualidad femenina por conducto de un sistema de poder patriarcal. La reproducción de las poblaciones y la represión del cuerpo supone, en el nivel institucional, un sistema de familias patriarcales para el control de la fertilidad y en el nivel del individuo, una ideología de ascetismo para la postergación de la gratificación sexual en aras de los controles gerontocráticos. (Turner, B, 1989, P.123)

Si bien este texto no busca hacer una investigación a profundidad de la diferenciación de clase o un análisis con perspectiva de género, es fundamental tenerlo en cuenta, ya que ejemplifican que las estrategias y las disciplinas si bien se diseminan por toda la sociedad, no se ejercen con la misma intensidad, o las mismas exigencias para todos los sectores de la sociedad.

Como hemos visto, las disciplinas descansan sobre discursos de verdad y marcos valorativos, hasta cierto punto impuestos y promovidos por instituciones

especializadas y disciplinas científicas. En este sentido, los discursos, la valorización del cuerpo y de sus aptitudes cambian según el momento histórico y el contexto social, un ejemplo es la prevalencia que existe históricamente en tiempos de conflicto y de guerra, a las cualidades de combate y fuerza física, y que en este caso también se observa la diferenciación de género, donde al hombre históricamente se le ha valorado en parte por su capacidad física a la violencia.

El nuevo yo es un yo visible y el cuerpo, convenientemente decorado y presentado, vino a simbolizar de modo manifiesto el status del yo personal [...] La obesidad era el nuevo estigma, sugiriendo pereza, falta de control y por ende, una actuación diferente. (Turner, B, 1989, P. 245)

De igual forma, Smith Maguire (2002) observa en la época contemporánea una masificación de consumo y publicidad, una reorganización de las ciencias médicas y las necesidades del Estado en su administración de los recursos debido a las proyecciones demográficas, que pusieron en marcha una campaña para volver al cuerpo un proyecto individual, que por un lado busca responsabilizar a los individuos de su salud disminuyendo así la responsabilidad y los gastos de parte del Estado y por el otro, crear cuerpos útiles capaces de un consumo cada vez mayor.

En este sentido, es necesario especificar que son dos discursos principales, los que se sitúan sobre el cuerpo para diseminar la práctica del fitness, por un lado el de la salud como responsabilidad individual, y por el otro, el de las apariencias, que buscan un cuerpo más estilizado, que se caracteriza hoy en día, por una reducción de la grasa corporal y el aumento del tono muscular.

El fitness se erige en el discurso como una respuesta individual a estos dos problemas “*como el primer y más importante proyecto del individuo*” (Maguire S., 2002). El cuerpo se entiende desde estas dos vertientes: su función y su forma, por un lado, la función se suele abordar desde la salud, la capacidad de responder ante las enfermedades, de sobreponerse a amenazas médicas de otro tipo (inmunológico, estamina, etc.), el mantenimiento sano del cuerpo a través de la alimentación, de un envejecimiento desacelerado, o la capacidad misma del cuerpo

en cuanto fuerza, aguante, etc. esto se ha vuelto cada vez más una cuestión de responsabilidad individual.

Por otro lado, la forma, es una cuestión de apariencias, con tendencias a una composición corporal conformada cada vez por menos grasa corporal y mayor porcentaje de músculo, basándose también en proporciones corporales. Esto es muy importante en la sociedad de consumo, para el estatus social y el éxito, así el invertir en el cuerpo se vuelve un acto de competencia. La misma corporalidad de los individuos se ve convertida en un producto a ser consumido.

Esta preocupación por la apariencia, esta ostentación, esta voluntad al servicio del bienestar que lleva al actor a correr o a cansarse, a cuidar su alimentación o su salud, sin embargo, no modificará en nada el borramiento del cuerpo que reina en la sociabilidad [...] se amplía un dualismo personalizado que no se debe confundir en liberación. (Le Breton, 2002, pp. 90)

Esto que observa Le Breton es fundamental, se trata de una situación similar a la vista con “liberación sexual y corporal” de la segunda mitad del siglo XXI, se trata más bien de una adecuación de las disciplinas, un reacomodo para evitar fricciones, pero el cuerpo sigue estando bajo el yugo del alma, del dualismo y sigue siendo el lugar predilecto de las disciplinas. Para entender esto, será necesario analizar a profundidad los dos discursos en los que se basa el Fitnes; el médico y las apariencias.

3.3- La transformación del discurso médico de la salud

Como ya mencionamos, la salud se ha convertido en un discurso que busca volverse de responsabilidad y preocupación individual, hay un deber en ser sano, el retrasar el envejecimiento, y se crea una narrativa de las “enfermedades de estilo de vida”, ligadas principalmente por la vía de la obesidad y el sedentarismo (que al mismo tiempo son fomentados por el mercado). En la cultura de consumo el cuerpo se volverá el sitio de las estrategias de salud.

Las disciplinas, como lo menciona Foucault, cuanto más discretas se vuelven, son mucho más efectivas, más aún cuando se diseminan de tal manera que surge como

una responsabilidad y una elección personal, esto en el caso del cuerpo en el siglo XXI ha llegado a un gran nivel de sofisticación, el foco no se pone en las empresas que crean productos y alimentos nocivos para la salud, sino la responsabilidad corporal recae en el individuo.

Precisamente, pareciera no tratarse de un ascetismo o, en todo caso, de una renuncia al placer, de una descalificación de la carne, si no por el contrario, de una intensificación del cuerpo, una problematización de la salud y sus condiciones de funcionamiento: de nuevas técnicas para “maximizar la vida” [...] Una defensa, una protección, un refuerzo y una exaltación que luego fueron- al precio de diferentes transformaciones- extendidos a los demás como medio de control económico y sujeción política. (Turner, B, 1989, pp. 73)

En la segunda mitad del siglo XX hubo un cambio de la política pública por parte de los Estados a raíz de las crisis de los sistemas de salud públicos, esto se vio expresado en una campaña mediática de responsabilización hacia los individuos, en términos foucaultianos podríamos entenderlo como el proceso del *objetivo estratégico* en la génesis de un dispositivo. Smith Maguire (2002) describe que se suscitaron una serie de proyecciones de riesgos generales dentro del régimen médico, una racionalización de la enfermedad en una lógica de los costos y cálculo, para convertir a la salud en una “*opción del consumidor*”. En la época contemporánea, el cuerpo se vuelve no solo en el proyecto sino en la obligación más importante del ser.

La promoción de la salud pública desde la década de 1970 puede ser entendida como una, cada vez mayor, combinación de tanto empoderamiento individual y control social sobre la actuación individual (Foucault, 1978,1980) y donde ambos funcionan bajo una ideología de responsabilidad individual [...] la salud es percibida como una serie de problemas personales y de elecciones personales y motivación, a pesar de las causas estructurales y sociales de la enfermedad y de las actitudes generales de la salud. (Smith M, 2002, pp. 46-47)

Foucault delimita a la medicina y la ley como las principales disciplinas profesionalizadas, y el Estado históricamente ha buscado apoyarse en estas, para regular al cuerpo vía aparatos ideológicos y discursivos, como lo son la ley familiar, las leyes del derecho, la medicina preventiva, los discursos corporales, la nutrición, etc. En este sentido, se observa la importancia que tiene el primero de los dos

discursos que hemos mencionado, en los que se sustenta el fitness, el médico o el de la salud que crea un imperativo ético en dos sentidos que pueden, en momentos, ser incompatibles, el del consumo constante (hay una gran variedad de productos “de la salud”, como vitaminas, medicamentos, suplementos) y el de responsabilidad ante la salud, a pesar de que estemos rodeados y bombardeados publicitariamente por productos que la ponen en detrimento. Así, la medicina crea criterios de normalidad, necesidades artificiales, verdades corporales y cuerpos que deben ser sanos.

A la vez, el trote y el adelgazamiento, por una parte, reducen los costos médicos y en consecuencia, pueden estimarse como una racionalización del cuerpo en interés del Estado: por otro lado; el trote y el adelgazamiento incrementan el atractivo sexual de las mujeres en aras de la cultura del consumidor. (Turner, B, 1989, pp.241)

Otro de los elementos fundamentales que pone en juego el discurso médico es la actividad física; trotar, nadar, realizar ejercicios cardiovasculares, el levantamiento de pesas, etc. (parte fundamental del fitness) se pueden volver unas experiencias liberadoras en lo individual en muchas de las experiencias personales, pero un análisis desde el poder muestra una vigilancia y disciplina autoimpuesta, aunado a la sexualización de la sociedad, la masificación de la publicidad de los cuerpos, y una campaña de parte del Estado desde los años 70 de activación y responsabilización individual del estado de salud, suscitada sobre todo por sistemas de salud y bienestar social cada vez en mayor crisis. En consecuencia, las sociedades actuales tienen exigencias corporales más fuertes, junto con nuestros hábitos y apariencias.

En este sentido, es muy interesante el análisis de Bryan S. Turner en su texto de *El Cuerpo y la Sociedad* (1989) que realiza un reflexión de la bulimia y la anorexia desde la lógica del poder disciplinario de Foucault, que si bien no es el tema de este trabajo, y su mención será muy breve, es altamente explicativo del poder que tienen las disciplinas sobre la corporalidad de los individuos, en este caso particular, principalmente el de las mujeres, y cómo afectan al cuerpo a partir de dos discursos fundamentales el de la salud y el de las apariencias, de la misma manera que en el caso del fitness. Esto ayuda a poner en perspectiva el postulado de que estamos

ante una decisión individual en las formas en que se traduce la relación con nuestros propios cuerpos, o si en verdad se trata de un entramado de dominación de alto grado de sofisticación que requiere analizarse para ser reconocido.

Empero, en el moderno mundo del consumismo, podemos también pensar en dos condiciones médicas - la bulimia y la anorexia nerviosa- como dos formas individualizadas de protesta que emplean al cuerpo como medio de oposición en contra del yo consumidor [...] Con todo, la más profunda paradoja de la anorexia es que este intento de controlar el cuerpo desemboca en su predominancia: los alimentos, el comer, los vómitos, la esbeltez, se convierten en pasiones desgastantes. (Turner, B, 1989, pp. 223-225)

Turner ve a la bulimia y a la anorexia como una protesta corporal del yo consumidor, una solución individual a los problemas sociales de una disciplina corporal, con especial presión sobre el cuerpo de las mujeres. En la anorexia hay una prevalencia de las mujeres de diez a uno (en este caso, al igual que el fitness hay una presión diferenciada por el género), producto de una división sexual del trabajo, imposición de estándares de belleza creados por gestores masculinos sobre las mujeres, presiones desde el discurso médico y dietético.

Dentro de una perspectiva cultural más amplia, el ascetismo de la práctica budista seleccionó un camino intermedio entre el ascetismo extremo y el hedonismo. Mogul (1980), al comparar el ascetismo de Gautama Buda y el anoréxico moderno, notó que la mortificación del cuerpo conduce, no a la libertad personal con respecto de sus necesidades, sino al esclavizamiento mental. (Turner, B, 1989, pp. 225)

Turner define el negar la comida como acto altamente simbólico de rebelión y rechazo, que es llevado al extremo en la anorexia, planteándolo como la transformación de la buena chica (en este contexto, los estudios revisados por Turner muestran una prevalencia de la anorexia en familias de clase media en ascenso), suscitada por normas patriarcales de impracticable belleza, reforzado por un sistema capitalista que promueve la mercancía y el consumo de masas a través de una estética corporal muy específica, y con procesos de edición, maquillaje y preparación que no se explicitan en su publicidad. Es una rebelión, sí individual, pero al discurso disciplinario colectivo de la salud, dietético, y estético.

Hay, en consecuencia, una interesante alianza entre el Estado, la profesión médica y el ciudadano saludable. El trotador monógamo es el ciudadano responsable, en tanto que el desviado moral se convierte, por conducto de la enfermedad autoinducida, en una carga para el Estado. La fuerza de este argumento consiste en que, en tanto que vivimos en una sociedad secular, la tradicional Conscience collective ha sido, en alguna medida, por la redistribución al interior del sistema médico. (Turner, B, 1989, pp. 266)

En este sentido, desde la lógica del poder político disciplinario, y siguiendo el argumento que plantea Turner sobre la anorexia, la bulimia y ciertos trastornos alimenticios y corporales, podemos encontrar similitudes relevantes en diversos otros fenómenos corporales, como los niveles extremos del fitness y el fisicoculturismo con uso de drogas y hormonas, que se pueden abordar como problemas políticos más que psiquiátricos, una contienda del ser en relación al cuerpo del individuo y su disciplinamiento.

3.4- El discurso de las apariencias: el narcisismo y el hedonismo calculador en la sociedad de consumo.

Llegados a este punto, el otro discurso predominante en el Fitness es el de las apariencias, el exterior del cuerpo que nos representa en el espacio público y que hoy en día ha tomado una relevancia trascendental, lo que nos requiere abordar brevemente las formas en que las individualidades contemporáneas han tomado forma, uno de los autores que retomara las formas contemporáneas del individuo bajo el enfoque del posmodernismo será Gilles Lipovetsky (2003), filósofo y sociólogo francés que propone lo siguiente;

El proceso de personalización impulsado por la aceleración de las técnicas, por la gestión de empresas, por el consumo de masas, por los mass media, por los desarrollos de la ideología individualista, por el psicologismo, lleva a su punto culminante el reino del individuo, pulveriza las últimas barreras. (Lipovetsky G.,2003, pp.24-25)

En las sociedades contemporáneas se puede observar la difuminación del yo, algo que observan autores como Lipovetsky o los mismos Turner y Le Breton, la identidad en general y la pérdida de su conexión con los roles institucionales, el yo dependiente del estilo y la moda, la creciente fragmentación del sentido y las

necesidades de crearse una identidad, el proyecto reflexivo e imperativo en la modernidad, de decidir quién se es, al menos en el discurso, adscribiéndose a las disciplinas.

La individualización en la época contemporánea se convierte en un consumo del yo, con el cuerpo como proyecto en el contexto del sedentarismo, el consumo de masas en el que la “elección” al fitness se vuelve una cuestión de responsabilidad personal. Los cuerpos de los individuos se ven reflejados por medio de la publicidad, los productos y los servicios.

El cuerpo liberado de la publicidad es limpio, liso, neto, joven, seductor, sano, deportivo. No es el cuerpo de la vida cotidiana [...] Los lugares privilegiados, tan regulados y con empleos del tiempo tan ritualizados son los que reciben con mayor frecuencia, un cuerpo valorizado: gimnasios, estudios, paseos públicos, salas de aparatos, espacios publicitarios, playas de verano, etc. (Le Breton, 2002, pp. 132)

La apariencia y la salud interactúan de forma compleja y es más evidente cuando en búsqueda de una apariencia determinada, en disciplinas cuyo discurso busca tanto la salud como el mejoramiento físico, se enarbolan prácticas poco saludables. Turner observa que, por medio del consumo y la publicidad, se creó un mercado masivo de productos personales y un nuevo tipo de personalidad, el yo actuante, pendiente de ser validado siempre por su auditorio, a través de constantes actos del individuo que se prestan al escrutinio público, una versión del yo basada en el *narcisismo*. Esto si bien es un nuevo concepto en el presente texto, será solo para tenerlo en cuenta en las nuevas dinámicas y formas de la individualidad para entender cómo las disciplinas se insertan en este contexto; y que Lipovetsky define así:

Aparece un nuevo estadio del individualismo: el narcisismo designa el surgimiento de un perfil inédito del individuo en sus relaciones con él mismo y su cuerpo, con los demás, el mundo y el tiempo, en el momento en que el «capitalismo» autoritario cede el paso a un capitalismo hedonista y permisivo [...] emancipada de cualquier marco trascendental, la propia esfera privada cambia de sentido, expuesta como está únicamente a los deseos cambiantes de los individuos. (Lipovetsky G., 2003, pp.50)

Este nuevo matiz del individualismo pone en juego nuevas prácticas individuales y de consumo, que son fundamentales para el mantenimiento y la reproducción del Fitness como disciplina, y al mismo tiempo, como una práctica que ejemplifica la forma narcisista y hedonista de las sociedades actuales, algo que en la misma construcción del espacio “Fitness” queda plasmado.

Los espejos son para reflejar el cuerpo, pero también para construirlo; es decir para trabajar sobre él [...] Hoy, al menos en esta parte del mundo, nadie puede imaginarse a sí mismo sino en el espejo; nadie puede desencadenarse del espejo como yunque del yo; desde luego no tenemos que esperar como Narciso, a inclinarnos sobre las aguas porque el espejo o, si se prefiere, la copia es lo primero. Nos conocemos y nos reconocemos porque llevamos siempre una copia de nosotros mismo en nuestro bolsillo -o en nuestra cabeza. (Alba S., 2017, pp. 273-274)

Siguiendo a Alba y a Lipovetsky, es sintomático observar que los espacios Fitness, en su mayoría están tapizados de espejos. Los espejos son una parte fundamental en los gimnasios, y espacios fitness, siempre presentes desde que se ingresa al espacio, hasta las duchas, los baños, etc. nunca se pierde de vista la propia corporalidad, esto no solo tiene un rol en su carácter espacial, sino que los individuos que interactúan en estos lugares se observan a sí mismos, o a otros, ya sea para observarse en la ejecución correcta de los movimientos, o para dar seguimiento a su proceso de “transformación” corporal.

Esto se ve reforzado por la incesante práctica de autorretratarse por medio de la tecnología móvil y buscar eco en las redes sociales, práctica que se ha ido complejizando, buscando los mejores ángulos, la mejor luz que remarque el tono muscular, poses corporales que acentúen ciertas partes del cuerpo, e incluso retocarlas de forma digital.

La búsqueda de la reducción de la grasa corporal y el aumento en la masa muscular en la cultura moderna, se basa principalmente en apariencias, el temor constante del envejecimiento, una clase de gerascofobia (definida como el miedo irracional, injustificado y persistente a envejecer) a nivel social y la obsesión del mantenimiento del cuerpo, esto es evidente en las prácticas estético/médicas como la cirugía plástica, el uso de Botox.

Esto es el yo actuante que busca la validación de sus pares, algo que es evidente en los espacios fitness caracterizados por una dinámica de competencia, demostración estética y de capacidades, sea fuerza, resistencia, etc. El cuerpo, ahora también se erige como símbolo más allá de su instrumentalización, así el fitness solo se puede entender en esta coyuntura de las apariencias en una economía basada en lo visual.

..... patrones cambiantes de las enfermedades, la limitada efectividad de curas pasivas de enfermedades crónicas, relacionadas al estilo de vida y el gobierno junto con la medicina preventiva, tienen lugar en el estilo de vida individual y la ideología de la responsabilidad individual en el centro de la economía y promoción de la salud [...] Perder peso y mejorar el tono muscular puede tener beneficios para la salud, pero en una cultura orientada en las apariencias en la que representaciones irreales de cuerpos perfectos dominan los medios, tales búsquedas son difíciles si no es que imposibles de desenredar de las preocupaciones por las apariencias. (Smith M, 2002, pp. 49-50)

La obsesión de la mejora personal, cada vez más superficial, consiste en corregir y “perfeccionar” la apariencia, vuelta en una obligación propagada por el discurso de la responsabilidad individual y la lógica del estatus en una nueva “cultura promocional”. En la sociedad de consumo, los individuos son impulsados discursivamente a crear y expresar su identidad por medio de su estilo de vida, al insertarse en diferentes dispositivos disciplinarios, para maximizar su competitividad en el mercado por medio de su mejoramiento personal. Todo esto, propiciado por un sistema de gratificación/coerción, y de vigilancia panóptica, de examinación constante, y de un encauzamiento, por medio de los discursos ya sea en la dimensión de la salud o de las apariencias.

El espacio urbano se convierte en una arena de competencia para los conflictos representacionales fundados en las modas y estilos de vida comercializados. Hay un sentido en el cual el yo se convierte en una mercancía con un empaque apropiado, debido a que ya no nos definimos a nosotros exclusivamente en términos de sangre o crianza. (Turner, B, 1989, pp.144)

Hay al mismo tiempo un aumento en la instrumentalización del cuerpo, no se vende una ideología, sino una lógica de la promoción del yo: la apariencia vende. Los consumidores contemporáneos se encauzan a construirse y a juzgar a otros

basados en lo que comunican sus cuerpos, modo de vida y performance. Es un yo maleable que ve y busca verse como un producto.

3.5- La evolución del régimen dietético.

Otro de los elementos fundamentales del control que tiene sobre el individuo el fitness es por medio de un régimen dietético muy estricto, altamente sofisticado vía un avance tecnológico, un nivel de especialización, proliferación de discursos dietéticos, que se vuelven una nueva ciencia disciplinaria del cuerpo (de los alimentos, dietética y nutrición), la dieta es prácticamente uno de los dispositivos disciplinarios primigenios, y por esto es necesario analizarla como tal.

Lo anterior es observable en algunos textos de la Grecia antigua, el trabajo de Hipócrates es un ejemplo, para él, los humanos perdieron o se separaron de la animalidad a raíz de una ruptura de la dieta, un elemento fundamental fue la cocción de los alimentos para la supervivencia de los más débiles, los cuales necesitaban de procesos alternos para facilitar la digestión. Foucault (1998) observaba en el modelo griego que *“era mucho más dietético que terapéutico”*, más interesado en la gestión de la salud y la vida del cuerpo, que concentrado en sus formas patológicas.

La evolución del sistema de poder disciplinario, y la especialización de los discursos, tanto de la vertiente de la salud y la medicina como el de la apariencia, ha permitido su sofisticamiento y que sean utilizados simultáneamente en un mismo contexto, esto en el caso del discurso dietético es aún más evidente, porque según sea el caso, se dirige con fines de salud o para cambiar la composición corporal con fines estéticos.

Podemos conceptualizar a la cultura moderna como un proceso de individualización y de manejo racional. Estos procesos son bien ilustrados por la historia de la dieta. La dieta significa en la medicina griega, un modo de vida y es un componente del régimen médico, donde el régimen mismo significa una forma de gobierno. (Turner, B, 1989, pp. 16)

En el fitness, la dieta llega a niveles muy altos de sofisticamiento, donde se exige apegarse a toda clase de regímenes (dietas keto, paleo, proteica, hipocalórica,

hipercalórica, etc.), y técnicas dietéticas (planeación de comidas, conversión en calorías de los alimentos, etc), lo cual, ha llegado al punto donde en los individuos más “disciplinados” se ha popularizado el pesado por porción por tipo de alimentos y el cálculo de los macronutrientes que dependiendo de alimento, su clase y su origen, se realizan tablas de sus macronutrientes por gramaje, al igual realizando su multiplicación por calorías (proteínas 4 kcal, carbohidratos 4 kcal, grasas 8 kcal), para posteriormente realizar un plan dependiendo de los objetivos, y el peso.

En una sociedad donde el consumo se ha convertido en una virtud, la dieta es un método de promover la capacidad para los goces seculares. La dieta era simplemente un aspecto de una racionalización más general del cuerpo; a través de la aplicación de las ciencias naturales al cuerpo, el cuerpo humano llegó a ser reificado y disciplinado por medio de los sistemas de gimnasia. (Turner, B, 1989, pp. 261)

Esto acompañado de la creación de una nomenclatura nueva, de un lenguaje que se adecua al ajuste personalizado de las dietas dependiendo del individuo, su constitución corporal y sus objetivos (disciplinas individualizadas), por ejemplo, algunas dietas para la ganancia muscular (muy populares en el contexto del fitness) consiste en la multiplicación del peso en libras del individuo por 1.5 gramos de proteína, en dado caso de que el individuo pesa 220 libras, bajo este principio debería consumir 330 gramos de proteína por día.

Así, pues, el régimen debe tener en cuenta numerosos elementos de la vida física de un hombre, o por lo menos de un hombre libre, y ello a lo largo de todos los días, desde levantarse hasta el acostarse. [...] Técnica de existencia, la dietética lo es finalmente en ese sentido de que no se contenta con transmitir los consejos de un médico a un individuo que habría de aplicarlos pasivamente. (Foucault M., 2007, pp. 95-100)

La formas que toman la dietas modernas, por muy variadas y avanzadas que sean, bien podría ser cualquier otro cálculo o número, pero no es lo que interesa en este texto (no es una discusión médica, química o dietética), el punto es observar cómo se plasma en la realidad, casi de forma textual, el avance y el desarrollo de las disciplinas que observaba Foucault, dietas a las que se adscriben los individuos por “elección propia”, completamente personalizadas, que han tenido un desarrollo, un

avance epistemológico de retroalimentación y una evolución sin precedentes. Esto es evidente para los individuos con mayor capacidad económica, que pueden acceder a un andamiaje de instituciones que lo guiaran, incluso de forma molecular haciendo en algunos casos estudios genéticos para adecuar planes óptimos de entrenamiento y alimentación según su genética, para que alcance sus objetivos, un avance tecnológico que permite hoy en día la realización de disciplinas individualizadas hasta el nivel molecular.

Pero el punto de la novedad, en el siglo XVIII es que componiéndose y generalizándose, alcanzan el nivel a partir del cual la formación de saber y aumento de poder se refuerzan regularmente según un proceso circular [...] Doble proceso, por lo tanto; desbloqueo epistemológico a partir de un afinamiento de las relaciones de poder; multiplicación de los efectos de poder gracias a la formación y a la acumulación de conocimientos nuevos.(Foucault M, 2003, pp. 227)

La adecuación de las disciplinas como hemos visto, es un elemento central de su funcionamiento, algo que queda de manifiesto en gran parte de las dinámicas del Fitness, como son las dietas, como lo deja ver el siguiente artículo en la revista especializada Muscular Development;



Home > ¡NO SIGAS LA DIETA DE ALGUIEN MÁS! ES COMO USAR SU ROPA

NUTRICIÓN

¡NO SIGAS LA DIETA DE ALGUIEN MÁS! ES COMO USAR SU ROPA

Lo que hay que tener en cuenta para hacer una dieta es el plan alimenticio (éste deber ser personalizado) y se deben considerar muchos factores como:

- Edad**
- Objetivo (bajar de peso o ganar masa muscular o mantenerse)**
- Peso actual**
- Estatura**
- Somatotipo actual (Biotipo)**
- Niveles de grasa**
- Género (mujer u hombre)**
- Alergias e intolerancias**
- Gustos alimenticios**
- Sustentabilidad económica**
- Situación de salud actual**

Fuente: Fotos de un artículo en la revista especializada Muscular Development latino en [:https://www.mdlatino.mx/blog/no-sigas-la-dieta-de-alguien-mas-es-como-usar-su-ropa/](https://www.mdlatino.mx/blog/no-sigas-la-dieta-de-alguien-mas-es-como-usar-su-ropa/)

Como ya mencionamos, las dietas, como una serie de conocimientos disciplinarios, que cambian y se adecuan, en cuestión de años han tenido un desarrollo y un avance en su especificidad y minuciosidad muy significativo, esto se ha visto traducido en la creación de todo un mercado que siempre promueve el consumo de (un sin fin de) productos suplementarios: proteína, pre-entrenos, multi vitamínico, aminoácidos, creatina, entre otros, llegando a extremos donde venden suplementos de glucosa de rápida absorción, es decir azúcar. Suplementos alimenticios que en su mayoría tienen serios cuestionamientos de su efectividad y valor en el nivel de la salud del usuario, pero que traen detrás campañas publicitarias, que al igual que el fitness, están basadas en las dos líneas discursivas que hemos mencionado reiteradamente, la salud y las apariencias.

3.6- El dispositivo del fitness:

Como lo definimos anteriormente, el **dispositivo del fitness**, debe observarse partiendo de que ya se ha realizado una exposición de los discursos que sustentan, producen y diseminan una disciplina fundamentalmente corporal, que en este caso se expresa en el dispositivo del fitness. Partiendo de la premisa de que la estrategia disciplinar de los cuerpos abarca una gran variedad de dispositivos disciplinarios, como lo es la moda, deportes, etc. que no se analizan a plenitud en este trabajo.

En el presente apartado la mirada se centrará en la hipótesis del dispositivo fitness, ya entendiendo la construcción histórica, antropológica y epistemológica del cuerpo como el sustento primigenio de donde parten los discursos que buscan disciplinar al cuerpo, en particular en la concepción moderna del cuerpo representada en la propuesta dualista de Descartes. Al igual nos dimos a la tarea de analizar las prácticas que produce, la forma en que funcionan los sistemas disciplinarios de poder y el análisis previo que se ha hecho del fitness como punto de partida sólido.

Como ya mencionamos, la relación primordial de los sistemas disciplinares con los individuos y la forma en que se reproduce la dominación es el sistema de vigilancia que busca a ser permanente y omnipresente; el panóptico, que hoy en día es muy distinto a lo que diseñó Jeremy Bentham, o la que alcanzara a observar y analizar Michel Foucault.

Con el avance tecnológico contemporáneo, pareciera haber llegado a niveles Orwellianos, en su novela distópica de 1984, hoy la posibilidad de vigilancia, ya que cuenta con capacidades permanentes e instantáneas posibilitado por la tecnología móvil, y las conexiones de internet que facilitan el manejo de datos. Esto en el dispositivo del Fitness cobra mucha importancia por la relación que se tendrá con las nuevas tecnologías, las redes sociales y la búsqueda de una reafirmación y aprobación constante por parte de los participantes.

Hoy, un gran porcentaje de individuos lleva en el bolsillo un aparato de vigilancia inmediato de forma “voluntaria”, el teléfono celular, según la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares

(ENDUTIH) 2020, solamente en México, 88.2 millones de personas cuentan con un celular, representando el 75.5% de la población nacional.

Es en este contexto, que está inserto el dispositivo del fitness caracterizado por la presencia generalizada de los teléfonos celulares y todos los avances tecnológicos de vigilancia como el GPS, circuitos cerrados, etc. Son solo tecnologías recientes que se adecuan a todo un entramado de vigilancia que tiene las mismas lógicas y busca las mismas relaciones de disciplinamiento.

En este sentido, es muy interesante observar cómo el dispositivo del fitness está finamente desarrollado, rodeado de una gran variedad de técnicas y niveles de vigilancia panópticas. Ya hemos mencionado que el fitness tiene una serie de *espacios disciplinarios* específicos, principalmente expresados en dos tipos: clubs y gimnasios, estos lugares que están dedicados especialmente para el fitness son heterogéneos y cerrados, tienen un sistema de distribución donde hay personal que en algunos casos son entrenadores personales y/o de piso, gerentes que están al pendiente del correcto uso de las máquinas y pesas, de que se sigan códigos de conducta, de vestimenta (se requiere ropa deportiva, que abre todo un nuevo mercado de consumo) etc.

Estos individuos que tienen roles específicos en los espacios disciplinarios juegan el papel de lo que Foucault denominó la *“inspección jerárquica”*, existen distintas jerarquías al interior del espacio disciplinar que tienen como finalidad última el “uso correcto del espacio”. En esto consiste un primer nivel de vigilancia, que es el más aparente.

Estos entrenadores encauzan a los individuos para el correcto y óptimo desenvolvimiento en el espacio disciplinario, el uso del propio cuerpo, así como a volverse cada vez más útiles y dóciles. Individuos que se encargan del aprendizaje de los entrenados, un adiestramiento en conocimientos “verdaderos y validos” sobre ejercitación y nutrición deportiva, como lo son; la hipertrofia, los ejercicios cardiovasculares, el manejo nutricional de los macronutrientes, en el correcto uso del cuerpo por medio de clases prácticas de anatomía, funciones de músculos,

articulaciones, técnicas de ejercicio, respiración, etc. y su relación con los objetos que le rodean y se usan para alcanzar dichos fines.

Esto bajo la lógica de la maximización de la utilidad y el tiempo, fundamental para las disciplinas, se ve reflejado a través de técnicas como lo son las repeticiones, series, tiempo de descanso, de entrenamiento, entre alimentos, para dormir, etc., todo en búsqueda del progreso al objetivo que dictan los discursos (ya sea de salud o de apariencias) como apropiado, deseable y necesario.

Los manuales de ejercicio tratan de educar a los lectores para “volverse fit” a través del fitness y la disciplina en su tiempo de ocio, extendiendo una ética de trabajo de la clase media en la esfera del ocio (Parker 1976) por medio de la aplicación de dispositivos como horarios, citas y un uso racional de la eficiencia, inversión y recompensa [...] El campo del fitness representa un modo institucional y discursivo en el cual el individuo es educado en cómo obtener más valor del tiempo y los recursos corporales a su disposición. (Smith M, 2002, pp. 193)

En este sentido la racionalización y control del tiempo funge como una correcta administración de la existencia, de la vida. Esto se traduce en cada momento de la rutina y en las tareas más fundamentales, que consisten en una planeación de las necesidades más importantes del cuerpo durante el día con fines utilitarios, productivos y de consumo de un sinnúmero de productos.

Desde el momento de despertarse, un individuo adscrito al dispositivo fitness busca un ingreso pronto al cuerpo de macronutrientes para tratar de evitar el catabolismo (es normal escuchar este tipo de terminología científica/nutricional en la esfera fitness) que consiste en el proceso de destrucción celular, en este caso de destrucción de células musculares. Así mismo, se planea la ingesta de alimentos (que puede ser de 3 a 7 veces al día, según sea el caso), basado según la “etapa” u objetivo que se tenga, ya sea aumento de masa muscular, pérdida de peso, rendimiento, etc.

Al mismo tiempo, otro factor que juega un papel en la planeación de la alimentación son las “tareas” a realizar, un ejemplo es la tendencia alimentaria de “*carb-timing*”

que consiste en concentrar la mayor parte de los carbohidratos en las comidas que estén cercanas al entrenamiento (que usualmente es el punto central desde donde se planean las demás tareas), adicionalmente se recomienda a qué hora del día no consumir carbohidratos, que usualmente es la última comida del día, lo que nos permite concluir que sin lugar a dudas el régimen dietético es fundamental, tanto para la tradición de las disciplinas, como para el fitness.

DC: RELÁTANOS UN DÍA COMPLETO EN TU ALIMENTACIÓN ANTES DE UNA COMPETENCIA:

FV: Cada preparación siempre es diferente, lo único en lo cual llega a existir una "linealidad" es en el consumo de mis fuentes de proteína que siempre son las selecciones más magras para llegar con la mejor condición a la puesta a punto, con los carbohidratos si hay más rango de variabilidad en cuanto a fuentes y cantidades. Por lo general son 6 comidas al día, que estoy realizando desde que despierto cada 3 horas.

Fuente: Fragmento de entrevista al atleta Fernando Valdez en la revista de Muscular Development Latino en: <https://www.mdlatino.mx/rutinas/hombros-a-la-perfeccion-con-fernando-valdez-custom-tailored-for-mens-physique-mexico/>

En este fragmento de una entrevista a un deportista destacado inserto en el dispositivo del fitness, que al mismo tiempo sirve de reproductor del discurso disciplinario, nos permite observar claramente la puesta en juego de esta periodización de la alimentación con fines utilitarios, que es una constante en todos los niveles del Fitness y lo cual solo es un aspecto de la intromisión que realiza el mismo en la vida diaria de los individuos.

Asimismo, propone una planeación de los horarios de actividad, ya que "*estudios demuestran que el inicio óptimo de actividades para ser más saludable es a las 7 de la mañana*", impone horas oportunas para despertar, pero también de descanso, se recomienda dormir un mínimo de 7 a 8 horas, para que el cuerpo tenga un funcionamiento acorde a los objetivos buscados. Al mismo tiempo, estas intrusiones

al modo de vida y las actividades diarias, van propiciadas por formas de consumo, tanto de suplementos alimenticios, como otros productos estéticos y otras medidas para alcanzar el objetivo buscado.

Esta historia de la dieta pretende mostrar que el manejo dietético surgió de una teología de la carne, se desarrolló por un conducto de una medicina moralista y se estableció, por último, como la ciencia del cuerpo eficiente [...] la modificación principal es que la dieta se encontraba originalmente dirigida al control del deseo, mientras que bajo las modernas formas del consumo la dieta exista para promoverlo y preservarlo. Tal conversión supuso un proceso de secularización del manejo corporal en el que la conducción interna del deseo por medio de la dieta se transfirió a una representación externa del cuerpo a través de la gimnasia y cosméticos científicos. (Turner, B, 1989, pp.27-28)

Otro nivel de especialización y adecuación son los planes de ejercicio, que usualmente se dividirán en dos secciones, por un lado, los de resistencia (caracterizado por el uso de pesas, máquinas de peso integrado, con el peso corporal y bandas de resistencia) y por el otro lado, entrenamientos cardiovasculares. Estos, siguiendo la lógica de las disciplinas, también están bajo reloj en cuanto la extensión de la duración de cada uno, que dependiendo del programa personalizado del individuo pueden durar de 30 minutos a 1 hora 20 min cada uno de estos. Siendo importante acotar que el control temporal agudo de estos entrenamientos también se encuentra en los momentos de actividad, con técnicas de ejercicio, expresado en los tiempos de tensión, mantener la contracción determinados segundos, medir el tiempo de la parte concéntrica (contracción del músculo) o excéntrica (extensión) etc.

FV: Sí mi rutina para hombro es así:

Circuito 1:

- Press Arnold
- Press con mancuerna
- Laterales agachado para posterior
- Frontales con mancuerna

Circuito 2:

- Press trasnuca con barra
 - Laterales 21
 - Remo a cuello con barra
 - Encogimientos con mancuernas, 5 series de 8-12 repeticiones pesos máximos.
- 1 minuto de descanso entre series

Fuente: Fragmento de entrevista al atleta Fernando Valdez en la revista de Muscular Development Latino en: <https://www.mdlatino.mx/rutinas/hombros-a-la-perfeccion-con-fernando-valdez-custom-tailored-for-mens-physique-mexico/>

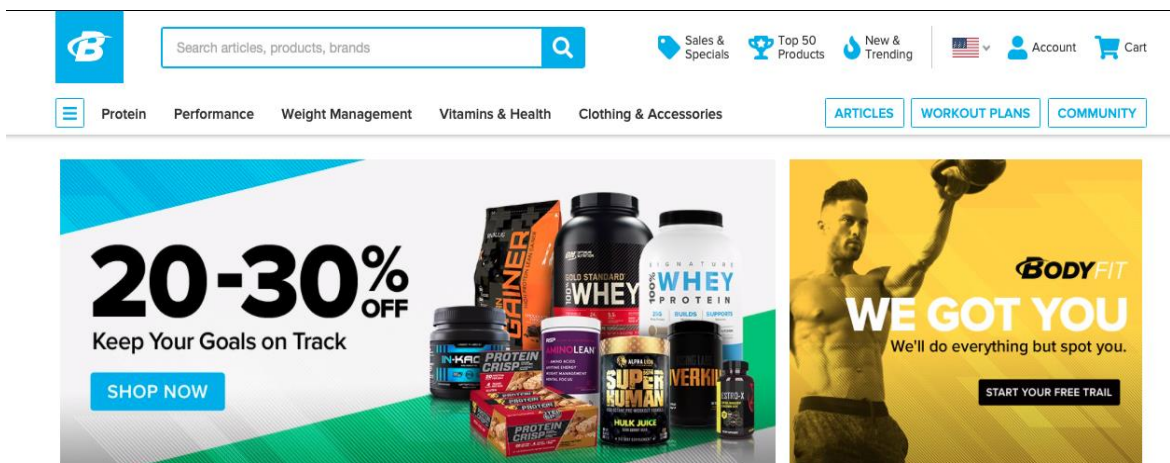
En este otro fragmento de la entrevista revisada anteriormente, se observa cómo se tiene control del tiempo de descanso óptimo para mejorar los resultados del entrenamiento. Pero también muestra otros dos elementos fundamentales del disciplinamiento: por un lado, *el volverlo lenguaje*, nombrar todo, cada parte del cuerpo para poder, por medio del discurso, controlarlo, manejarlo y optimizarlo. Por otro lado, la evidencia de cómo los espacios disciplinares crean una relación de los cuerpos con los objetos que sirve a los fines de esta, en este sentido es fundamental entender el nexo que se crea entre los individuos, el espacio disciplinar y los objetos ahí, que se insertan en esta lógica.

En la esfera del dispositivo fitness, es muy común encontrar una relación cuasi-fetichista con los objetos dentro del espacio, el dispositivo crea toda una serie de actividades, tareas específicas, y objetivos, en la utilización de estos objetos (mancuernas, barras, discos, racks, poleas, máquinas, caminadoras, escaladoras,

etc.,) lo que evidencia que, por parte de los cuerpos, se lleva a cabo un aprendizaje y una constante vigilancia para que sea realizado de manera efectiva.

Todo esto se enlaza, en las técnicas de ejercitación, tanto en ejercicios específicos (snatch, peso muerto, sentadilla, clean and jerk, etc.) como en programas de entrenamiento (hipertrofia, masa, definición, etc). Esto al mismo tiempo abre nuevos mercados de consumo, de productos con fines de aumentar la productividad y la capacidad durante los ejercicios, la búsqueda de acceder a mejores y más especializados entrenamientos, mejores gimnasios, mejor equipo, mejor suplementación, etc. Por un lado se limitan ciertos campos de consumo, y por busca abrir nuevos mercados, Jennifer Smith lo plantea así “Reconciliar el hedonismo y la cultura de consumo con el ascetismo del ejercicio por medio de un enlazamiento de causa y efecto (ejercítate ahora; compra después) sirve como un motor para el consumo.” (Smith M, 2002, pp. 196)

Desde esta perspectiva, hay una tendencia de consumir en todo el proceso en el que el sujeto se ejercita, mediante el pago de una mensualidad de un espacio disciplinario adecuado, que exige un código de vestimenta el cual produce también un mercado de indumentaria fitness, suplementación para antes, durante y después del entrenamiento, utensilios para transportar y mezclar los suplementos, audífonos anti sudor, etc., etc., si bien, el discurso del ascetismo está presente en el ejercicio y en el fitness en general, no es la misma práctica de siglos anteriores, esta no afecta al consumo, de hecho lo aumenta, es el ascetismo moderno



Fuente: Pagina principal del sitio bodybuilding.com en : <https://www.bodybuilding.com/en-MX/index>

Esta imagen pone de manifiesto sólo una parte de la gran variedad de formas de consumo que propicia y encausa el dispositivo del fitness, de izquierda a derecha ofrece ventanas a una gran variedad de productos, proteína (proteínas en polvo, barras, aminoácidos, etc.) performance (pre entrenos, post entrenos, creatina, electrolitos, etc.) manejo de peso (controladores de apetito, quemadores, aminoácidos especiales, etc.) vitaminas y minerales (multivitamínicos, soporte inmune, probióticos, etc) ropa y accesorios (ropa, fajas, mezcladores, muñequeras etc.). Lo anterior demuestra cómo los dispositivos disciplinares contemporáneos y en este caso específico, el fitness, ya no solo buscan la productividad y utilidad de los cuerpos, ni solamente cuerpos dóciles (que necesariamente lo siguen siendo), también son cuerpos que consumen, y que se publicitan.

A su vez, las imágenes de éxito demandan cuerpos exitosos, los que han sido entrenados y disciplinados y dispuestos para acrecentar nuestro valor personal [...] La nueva ética del atletismo administrativo es, por ende, la versión contemporánea de la ética protestante, pero acariciada por los vientos del consumismo, esta ética se ha difundido a través de todo el sistema de clases como un estilo de vida que debe ser emulado. (Turner B. 1989, pp.147)

Ya mencionamos un primer nivel de vigilancia con el personal encargado del encauzamiento de los sujetos, en un segundo nivel está la tecnológica, la mayoría

de los espacios de esta índole, cuentan con circuitos cerrados exceptuando los baños y vestidores. Al mismo tiempo, las nuevas tecnologías como las redes sociales, el internet y la masificación de los teléfonos inteligentes para uso general de la población representan, por un lado, un avance general en las capacidades panópticas jerárquicas, pero más aún, en sus características horizontales, la vigilancia del “igual”, que en palabras del mismo Bentham “cada compañero se convierte en vigilante”. Es aquí donde la vigilancia, los avances tecnológicos y las nuevas formas del yo coinciden en el Fitness.

Como ya se mencionó es un elemento fundamental en las nuevas formas del yo, la necesidad de validarse ante su auditorio, ante sus iguales, esto junto con las redes sociales y los avances tecnológicos, crea un estado de examinación constante del ser y su cuerpo, un elemento de vigilancia y reafirmación. Esto en el fitness llega al extremo, por las dinámicas presentes en las redes sociales, y la constante competencia dentro de los clubs y gimnasios. Siguiendo la lógica del panoptismo y de las disciplinas el desenvolvimiento del poder en el fitness se dará en los siguientes términos; “El éxito del poder disciplinario se debe sin duda al uso de instrumentos simples: la inspección jerárquica, la sanción normalizadora y su combinación en un procedimiento que le es específico: el examen.” (Foucault M., 2006, pp.175)

Ya hemos mencionado la inspección jerárquica en una de sus expresiones, el entrenador, ahora nos concentramos en la *sanción normalizadora* y el *examen*, que a mi parecer, es donde se ha tenido mayor evolución disciplinar a partir de las nuevas tecnologías. La primera de estas se caracteriza por un control que Foucault (1998) define como “infra penal, de comparación, diferenciación, y el trazo de una normalidad y anormalidad, guiada por una relación dual de sanción/gratificación”.

Esta forma de control y vigilancia está muy presente en el dispositivo del fitness, en un primer nivel por la incesante comparación entre los individuos que se ve en todos los espacios disciplinares fitness, un constante comparar y competir entre

capacidades performativas durante el ejercicio (peso que se levanta, velocidad, aguante, agilidad, etc) y las nuevas formas del yo, que buscan ponerse constantemente a la aprobación de los que lo miran. Esto es de fundamental importancia, porque el fitness, busca que los individuos se pongan constantemente ante el escrutinio público, como historias de éxito, o para ser sancionados y ridiculizados.

Como en otros casos del poder disciplinario, esto se ve exponenciado con la tecnología en las redes sociales (y el sistema panóptico en general), donde hay un creciente énfasis de monitoreo propio. El uso de las redes para objetivos de chequeo constante de la salud, y de recopilación de información médica, es un avance disciplinario importante que lo vuelve aún más eficiente y menos costoso. Sin embargo, el mayor avance y que es necesario resaltar, es que estamos ante un auto monitoreo, nosotros mismos producimos la información que se requiere y la enviamos, ya sea por razones de salud (monitoreo de datos biométricos, conteo de azúcar, presión arterial, etc, etc.) o por cuestiones de apariencia estética, los individuos se ven encauzados al uso constante de las nuevas tecnologías para continuar este proceso de recolección incesante de información.

Las redes sociales también son constantemente usadas entre aquellos que dan seguimiento a sus datos biométricos con razón de promoción de salud. [...] twitter, instagram, y tumblr ofrecen mayor oportunidad para los individuos de compartir su información e imágenes con otros, a menudo un hashtag relevante para llamar la atención a sus datos y contribuir a una comunidad con los mismos intereses en común. (Lupton D., S/F, pp. 7)

Esto es de fundamental importancia, tanto para las formas en que se desenvuelven los individuos en la coyuntura actual, pero principalmente porque forman parte esencial del dispositivo del fitness y las nuevas formas de vigilancia. Los individuos que buscan aprobación se ponen ante la examinación de la mirada de una cantidad ilimitada de actores, (la mayoría basada en el anonimato y la distancia), esto representa una dinámica donde sus cuerpos se revisan y se juzgan.

Siguiendo el sistema establecido por Foucault para analizar la vigilancia en las disciplinas, estamos ante la última expresión técnica del sistema disciplinar, el

examen, que se caracteriza por volver al individuo un caso, establecer una serie de registros, expedientes y datos que caracterizan a los individuos, los cuales se mantienen en la mira, junto con su progreso y sus fallas. Otro de los elementos fundamentales del examen, es que tiene la cualidad de establecer verdades. Es en este contexto en que la debida sanción o gratificación entra en juego.

Estos datos que las prácticas de automonitoreo generan tiene diferentes formas de valor para diferentes actores o agencias. Para el individuo que se auto monitorea, estos datos son una oportunidad para adquirir autoconocimiento, adentrarse en la autorreflexión y optimizar sus vidas. Los que se auto monitorean a menudo buscan encontrar sentido de sus datos. La práctica no es simplemente acerca de recolectar datos, como esto sugiere, también de adentrarse al asunto de qué hacer con estos datos [...] al hacerlo, los que se auto monitorean se adentran voluntariamente a una auto-vigilancia.(Lupton D, S/F, pp. 11-12)

Lo que deja de manifiesto la autora acerca de la auto-vigilancia, es una cuestión fundamental para el desarrollo de la examinación de los cuerpos en la época contemporánea, que se ven magnificados en el dispositivo del fitness. Hoy en día, los individuos se insertan a un circuito de autovigilancia, sometimiento a escrutinio y examen público en todo momento, que se expresa en este caso por medio de los dos discursos predominantes que lo sustentan (salud y apariencias).

En un primer nivel, el discurso de las apariencias enarbola una serie de exámenes, ya observados en la capacidad de encauzamiento de los sistemas disciplinares, que, en el contexto del narcisismo, crean una necesidad constante de aceptación y gratificación respecto a la forma corporal que se ha construido a través de una serie de técnicas de ejercitación y alimentación planificada, esto aunado y magnificado por las redes sociales, coloca al sujeto a someterse a un examen constante de la construcción física de su cuerpo, ya sea explícitamente y llevado al extremo como lo es en los concursos de fisicoculturismo y fitness, que consiste en el desfile y competencia entre cuerpos, medidas, porcentajes de grasa, en categorías de peso y altura, etc. o en su versión más cotidiana, los juicios diarios a la forma del cuerpo en las redes sociales, en el espacio público y en el espacio disciplinario (clubs y gimnasios, etc.)



Fuente: foto de preselección a competencia europea en el portal de la federación española de fitness y fisicoculturismo. en: <https://ifbbSpain.com/>

El segundo nivel, el otro discurso que propicia un sinfín de exámenes sobre el cuerpo y que ya ha sido abordado ampliamente, es el de la salud, que en este caso ha tenido un avance extraordinario, donde el monitoreo propio se vuelve fundamental para el dispositivo fitness, por medio de tecnologías que facilitan su exploración. En este sentido, podemos encontrar una serie de productos con dicho fin: medidores de glucosa, de presión, oxímetros, de frecuencia cardiaca, hasta llegar hoy en día a pulseras monitor que miden el movimiento corporal, temperatura, patrones de sueño, ritmo cardíaco, presión arterial, saturación de oxígeno, etc. y que tienen precargados valores normales, para un chequeo y control óptimo, que examina y emite un veredicto (manda alertas si ve niveles anormales, recomienda tomar medidas en algunos sentidos, etc.).

Esto es solo en cuestión de mediciones médicas, otrora inaccesibles sin recurrir a un especialista médico, el examen sobre la salud y la funcionalidad del cuerpo en el fitness no terminan aquí, el nivel performativo del cuerpo también es sometido a examinación constante, que al igual que en la cuestión de las apariencias, tiene su traducción en competencias de habilidad y potencia, en cuestión de carga, velocidad, aguante, etc, etc.

Como hemos analizado, el control sobre el cuerpo en el dispositivo del fitness, por medio del panoptismo y sus instrumentos es vasto, polifacético y constante. Un cuerpo que no solo se ve en constante vigilancia externa, sino que es encauzado para ejercer una vigilancia meticulosa sobre sí mismo y a vigilar a los demás cuerpos. Parafraseando Foucault, se trata de la “Biopolítica hasta el último detalle”.

3.7- El disciplinamiento de los cuerpos:

El fitness como un dispositivo de control disciplinario, tuvo su emergencia (o su génesis como lo llamaría Foucault) en el contexto de luchas que buscaban una revalorización de los cuerpos, de la sexualidad, y otros discursos más horizontales y holísticos de la corporalidad y que en su lugar hubo una liberación ficticia, donde el cuerpo se inserta de forma más dramática al poder disciplinario y es utilizado como una herramienta publicitaria y de consumo. Esto simboliza una respuesta que es parte de una serie de emergencias de dispositivos disciplinares, conjunto de una estrategia a una coyuntura, que tomó a los cuerpos que buscaban su liberación y les impuso un control que llega hasta niveles moleculares, bajo la cuestionable premisa característica de las disciplinas de que “es una elección propia”. Trabajarla desde el inicio

Una práctica que se inserta principalmente en el discurso de la salud para su disseminación, pero que busca el control de los cuerpos en toda su extensión, disciplinarlos, volverlos más útiles, menos costosos y hoy en día, cuerpos con grandes capacidades de consumo y consumibles en un sentido mediático, en particular en el contexto de las redes sociales. Los medios fitness y el discurso en general están permeados por una ética ascética de disciplina, lo que Turner (1998) denomina como “*un nuevo tipo de ascetismo consumista*” que crea una lógica de evitar ciertos productos y prácticas, para impulsar nuevos mercados y mercancías, siendo la nutrición suplementaria un ejemplo muy claro.

Se crea un sistema de disciplina y placer, basado en las recompensas, el fitness como una actividad aislada, es en su mayoría poco disfrutable, sin embargo, se crean una serie de recompensas y castigos en ámbitos de la salud, apariencias,

estatus, pertenencia, etc., que conduce a una “autodisciplina”, la cual no se encuentra desprovista de contradicciones, como lo deja ver Jennifer Maguire; El problema con el fitness, desde el punto de vista de la salud, es que el campo tiene prescrita una negociación de negación y placer que produce, no una relación derivada de la salud, sino produce un comportamiento consumista (Smith M, 2002, pp. 208)

La racionalización del cuerpo se traduce en buscar constantemente su mejora, no el disfrute de sus capacidades, el cuerpo mercantilizado se ha vuelto una parte fundamental del consumo, no solo por su utilización como herramienta publicitaria, sino por la capacidad misma de consumo de los cuerpos, es la mercantilización del hedonismo. El punto fundamental en una sociedad de consumo, como un imperativo para la instauración del fitness, es la producción de valor y el ocio, que se vuelve parte de la misma cadena productiva, el control del cuerpo es fundamental para esto con la finalidad de producir cuerpos que potencialmente consumen 24/7.

Esta racionalización del cuerpo, de sus funciones y capacidades, de su uso utilitario se muestra de manera explícita en el mundo del fitness, como muestra una encuesta realizada a mi persona al asistir a un club fitness de la ciudad de México, que, sin la intencionalidad de ser una muestra representativa, sí muestra una forma en que se plasma en la vida cotidiana, una encuesta que busca personalizar la “experiencia dentro del club” y los entrenamientos. Que después de todo lo planteado también podemos llamarlo como la personalización de la disciplina.

Aspiration Finder



Las aspiraciones determinan la manera de vivir y moverse de las personas. Todos estamos motivados por algo, el deseo de una mejor apariencia, sentirse mejor consigo mismo y con los demás, mejorar en tu deporte o sencillamente mejorar la salud sin ningún objetivo concreto. Las aspiraciones nos ayudan a crear un programa mas personalizado acorde a tus necesidades.

¿Cual son los objetivos concretos que quieres conseguir a través del entrenamiento? *

Tomar conciencia de mi cuerpo

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Relajarme y deshacerme del estrés cotidiano

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Perder y llegar a mi peso ideal

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Modificar mi figura y mejorar mi aspecto

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Hacer actividad física y estar en salud

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Hacer ejercicio regularmente y mejorar mi bienestar diario

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Aumentar mi masa muscular

Cancelar

Guardar

Aspiración FINDER

Aumentar mi masa muscular

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Tener éxito también gracias a mi aspecto físico

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Estar entrenado para el deporte que practico

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Mejorar mi técnica en mi deporte

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Divertirme y aprovechar mi tiempo

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Conocer otra gente y probar nuevas experiencias

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

En la vida piensas que sea importante también... *

Escuchar tu cuerpo y mente para llegar a un equilibrio

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Estar bien con uno mismo y con los demás

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Estar y sentirse en forma

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Tener éxito, controlar la situación y atraer la atención

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Mejorar tus cualidades físicas

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Aspiration Finder

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Estar y sentirse en forma

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Tener éxito, controlar la situación y atraer la atención

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Mejorar tus cualidades físicas

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Relacionarte con otros a través de actividades divertidas

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

¿Qué actividades harías bastante durante tu entrenamiento? *

Estirar y entrenar mi flexibilidad

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Ejercicios para fortalecer y dar forma mi cuerpo

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Entrenamiento cardiovascular con cintas de correr

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Entrenamiento de fuerza con peso libre

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Entrenamiento específicos relacionados a los deportes

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Actividades de grupo de bajo impacto

Para nada Un poco No lo sé Bastante Mucho

Encuesta realizada a los socios del club Sportcity por parte de esta empresa, realizado a mi persona en un club de la Ciudad de México el día 24 de mayo del año 2021.

Pero esta racionalización del cuerpo, esta mirada y uso utilitario de la dimensión física del ser, el tratamiento de objeto que se le da, al que se le invierte, se mejora, se altera, se busca conservar, etc. sería incomprensible sin el sustento filosófico y ontológico que significa la concepción que una cultura tiene sobre el mismo, sin la visión dualista moderna representada en la obra de Descartes, no podría concebirse una práctica como lo es el fitness, lo cual pudimos reiterarlo a través del recorrido histórico realizado.

El punto principal al analizar al fitness como dispositivo disciplinario, es observar todas las relaciones asimétricas y de dominación que produce, bajo el velo de una práctica que busca el bienestar de seres más saludables, más confiados y preparados para cualquier inconveniencia. Las disciplinas caracterizan y jerarquizan a los individuos, como menciona Foucault en *Vigilar y Castigar* (2006, pp.226) “Desempeñan el papel preciso de introducir unas asimetrías insuperables y de excluir reciprocidades”, por lo tanto es posible afirmar, citando a Jennifer Smith (2002), que el fitness “no es como se vende”, es una forma de control y encauzamiento de los cuerpos a consumir suplementos, suscripciones, ropa, alimentos, tendencias, etc., a producir información, cuerpos útiles, cuerpos menos costosos, y a someterse al incesante escrutinio y examinación. En este sentido, la reflexión que realiza Jennifer Maguire es muy pertinente; ¿El fitness es bueno para nosotros? Para la mayoría [...] no [...] El fitness comercial representa la mercantilización y reproducción del problema: la ya de por sí, profunda estratificación de la salud y los riesgos de salud basado en las clases. (Smith M, 2002, pp. 204)

3.8- A dónde van los cuerpos

El dualismo sigue imperando y adecuándose como lo deja ver el análisis realizado hasta ahora del dispositivo del fitness, que en nuestro recorrido, se muestra una relación directa con la concepción mecanicista de Descartes (1977) y este es el punto de partida de las relaciones corporales, siendo justamente lo que se tiene que cuestionar. En este sentido, para poner en juego nuevas formas de aproximarse a

la corporalidad, debe haber un cambio sustantivo de la conceptualización que se tiene de él.

Si bien la concepción del cuerpo puede parecer una cuestión más tautológica/filosófica, la puesta en práctica de esta conceptualización es fundamentalmente sociológica. Uno de los exponentes, que desde la filosofía y la teología han buscado replantearse al cuerpo en relación con el ser es Raimon Panikkar, que trata de superar la dicotomía y ver la vida humana como una sola experiencia, no dos fenómenos separados.

No es fácil en la cultura contemporánea conjugar armónicamente los valores del espíritu con los del cuerpo, sobre todo cuando ya se parte de premisas inadecuadas. La plenitud humana requiere una unidad que no es la suma de sendos grupos de valores, sino una armonía a-dualista de todo aquello que el hombre es. (Panikkar Raimon, 2014, pp. 75-76)

Esto que delimita Panikkar es precisamente el punto central de la reflexión, las dinámicas sociales son producidas desde un concepto, un discurso y que como lo hemos hecho en este trabajo, debe ser diseccionado, examinado desde su raíz para ser entendido, para poder hacer un análisis, pero a la vez, una crítica.

Hay esfuerzos que buscan replantear la ecuación y la concepción del ser en general. Esfuerzos que coinciden en retomar al cuerpo y dejar atrás el dualismo, esfuerzos que inevitablemente tienen que venir de la filosofía, ya que es una cuestión ontológica del ser y el cuestionamiento de si en verdad el dualismo es una postura que se puede seguir sosteniendo, o como dice Panikkar, el punto es alcanzar una “armonía a-dualista”.

La búsqueda de estos esfuerzos buscan que los cuerpos no sean cuerpos por el dominio del alma, un alma moderna y capitalista que como observó Foucault (2006) se convierte en el dispositivo de control primigenio del cuerpo, la que establece la relación de propiedad con el cuerpo, la que se ha utilizado históricamente como el mecanismo de opresión a innumerables culturas, como cuando le negaban a los indígenas el poseerla plasmada en la famosa discusión entre San Bartolomé de las

Casas y Ginés de Sepúlveda, tal vez lo necesario sea liberar al ser (y a su cuerpo con el) de su alma.

Pero no hay que engañarse: no se ha sustituido el alma, ilusión de los teólogos, por un hombre real, objeto de saber, de reflexión filosófica o de intervención técnica. El hombre del que se nos habla y que se nos invita a liberar es ya en sí el efecto de un sometimiento mucho más profundo que él mismo. Un "alma" lo habita y lo conduce a la existencia, que es una pieza del dominio que el poder ejerce sobre el cuerpo. El alma, efecto e instrumento de una anatomía política. El alma, prisión del cuerpo. (Foucault M., 2006, pp. 36)

La apuesta es a liberar al cuerpo, al ser y al alma misma, no someter al individuo a uno de sus componentes o dimensiones de la existencia sino liberarse de esas nociones separatistas, fragmentarias del ser, que reproducen un sin fin dinámicas en detrimento de los individuos, que significan (entre otros elementos clave) el sustento de la sociedad moderna.

Conclusión:

La armonía del alma y el cuerpo, ¡que inmenso! En nuestra locura las hemos separado y, hemos inventado un realismo que es vulgar, una idealidad que está vacía. (Wilde O., 2018, pp.39)

Esta investigación desarrolló una crítica a la concepción moderna del cuerpo por medio de concepciones corporales de distintas corrientes sociológicas y filosóficas, tomando al “fitness” como un fenómeno que ejemplifica al cuerpo moderno y sus fundamentos. Asimismo, expusimos que el estudio sobre el cuerpo, o mejor dicho de los cuerpos, fue durante mucho tiempo omitido o casi inexistente por parte de la sociología.

Esta investigación partió de un esfuerzo a finales del siglo XX e inicios del XXI por esbozar una sociología del cuerpo, en particular dos autores centrales, André Le Breton con su texto de *Sociología del Cuerpo* (2002) y Bryan S. Turner y su texto *el cuerpo y la sociedad* (1989), que como lo delimita Breton (2002) buscaron “darle cuerpo a la sociología”, y que se han convertido en textos paradigmáticos en este esfuerzo, por replantear la aproximación de la disciplina al cuerpo, y que Turner describe de la siguiente forma

La singularidad del fracaso de la sociología en cuanto a elaborar una teoría del cuerpo y de los cuerpos se manifiesta en las nociones de sentido común acerca de que la dieta, correr, el ayuno, el adelgazamiento y el ejercicio no son meras ayudas esenciales para la satisfacción sexual, sino aspectos necesarios del desarrollo personal en una sociedad fundada en el consumo personalizado. (Turner, B, 1989, P. 57)

Los esfuerzos por conformar una sociología del cuerpo han sido los que estructuraron esta investigación, pero el análisis general de la práctica social, la forma en la que se disemina, y las dinámicas que pone en juego el Fitness, ha sido a través de la teoría del poder disciplinario de Michael Foucault (1991). El análisis realizado de igual forma nos permitió observar con claridad esquemática las

categorías del poder disciplinario, así como la capacidad de adecuación y uso del avance tecnológico que ha sido utilizado para su sofisticación.

En un contexto donde la tecnología crea también relaciones trans-corporales (más allá del cuerpo), en las mejoras artificiales al cuerpo humano, llegando incluso a planteamientos de traspaso de conciencia a aparatos tecnológicos, ¿cómo podríamos entender las complejidades sociales que pondrían en juego transformaciones tan radicales, si no hemos terminado de entender completamente las del cuerpo mismo.

En los primeros capítulos se analiza al cuerpo, no como un fenómeno objetivo, sino como algo subjetivo, cambiante, y simbólicamente fundamental para las sociedades, lo cual es una necesidad metodológica para poder ser abordado como un fenómeno sociológico. Esto también presenta dificultades de origen para la sociología, la teorización del cuerpo es muy problemática, al igual que la epistemología, sociología del conocimiento y otras corrientes derivado de que parte desde el mismo lugar que busca pensarlo, los análisis del cuerpo invariablemente nacen desde una corporalidad, el hombre no tiene un cuerpo, es un cuerpo.

Otro elemento que se ha desarrollado en esta investigación es lo definitorio que ha sido y sigue siendo históricamente la concepción que se tiene del cuerpo desde una posición ontológica, siendo uno de los objetivos centrales de esta tesis demostrar cómo la concepción cultural, afecta de lleno las dinámicas sociales, y debe ser la sociología la que analice sus consecuencias. En este sentido, una sociología del cuerpo, desde nuestra posición, debe partir de un análisis crítico de la mano de la filosofía, de la postura ontológica que se tiene del ser, y del cuerpo.

Esto se ve ejemplificado de manera magistral en el análisis realizado por Giorgio Agamben, uno de los filósofos contemporáneos más relevantes, que en su texto de *“El uso de los cuerpos”* (2014) observa como la esclavitud en la Grecia antigua se sustentaba en la concepción y el uso del cuerpo de los esclavos.

La esclavitud se sustentó, según Agamben, bajo la maximización utilitaria de los cuerpos esclavos, siendo vistos más como herramientas que como individuos, así en el texto muestra cómo podían ser sometidos a trabajos forzados, a castigos o a servicios sexuales sin mayor dificultad. Agamben resume la cuestión en la siguiente frase *“en el hombre esclavo; el cuerpo está en uso como, en el hombre libre, el alma está en obra según la razón”* esto deja claro que el estado se sustentaba en la definición ontológica que se les daba a estos individuos con base en su corporalidad y su instrumentación, el cuerpo como fin último de su existencia, así como el alma y su cultivo para los *“hombres libres”*.

Agamben deja claro que es fundamental para realizar un análisis del cuerpo, se debe partir de la concepción que se tiene en la sociedad determinada a la cual se está analizando, necesidad que ha sido demostrada durante el desarrollo de este texto. Pudimos observar el desarrollo en occidente de una concepción que otrora contemplaba al cuerpo como un elemento fundamental en la experiencia del ser y que pasó de ahí a la constitución utilitaria del dualismo, que se ha visto exponenciada en los últimos 50 años, creando así relaciones de los individuos con sus cuerpos basadas en un sentido de propiedad, de mercancía y no como parte constitutiva del ser.

Como lo pone magistralmente Ramón Panikkar en su texto de *“La Religión, el Mundo y el Cuerpo”*(2014, pp. 57): *“A una razón instrumental le basta con un cuerpo instrumental”*. Siendo esto precisamente lo que este trabajo buscó delimitar, cómo las relaciones disciplinares dan cabida a un dispositivo como el fitness, que convierte al cuerpo en un objeto (si bienpreciado y cuidado) al que hay que volver útil, una pieza más de todo el engranaje de poder, dominación y consumo.

Hemos establecido una relación causal entre el desarrollo conceptual del cuerpo en la modernidad y las dinámicas corporales actuales, las relaciones de poder y la dominación de los cuerpos por las instituciones disciplinarias, a nuestro parecer, es un punto de partida necesario de los análisis sociológicos del cuerpo.

En este sentido, constatamos punto por punto cómo el “fitness” encarna explícitamente una disciplina corporal, y de igual forma al discurso del *ser moderno* y su concepción del cuerpo, dándole al mismo un tratamiento de alter-ego, e individualizando actividades cotidianas que en otros momentos históricos eran colectivos.

Durante la investigación se planteó que el fitness podía ser entendido como la representación puntual de un dispositivo disciplinario que enarbola dos discursos principales para diseminarse, el de la salud y lo estético como justificación ideológica de la explotación, clasificación y visión utilitaria sobre los cuerpos. La relevancia yace en observar que este análisis puede ser aplicable para todo lo que enarbola el dualismo moderno, ya sea en el fitness, en una fábrica, en la industria de la moda, la creación de estándares de belleza, la explotación animal en sus diversas modalidades e incluso en la guerra, en estos fenómenos sociales existen discursos que ponen en juego, justifican, y normalizan un sinfín de prácticas corporales basadas en disciplinas de poder, y sus formas características de diseminarse.

Como lo mencionamos anteriormente, Foucault (1998) observa en las disciplinas médicas y dietéticas, dos de los discursos disciplinarios primordiales, esto lo vimos demostrado en el Fitness de forma clara, con un régimen dietético riguroso que hace uso de la tecnología, del cálculo minucioso de calorías y del disciplinamiento alimenticio para maximizar su eficiencia. En el caso del discurso médico y de salud nos encontramos con la misma situación, avances tecnológicos que permiten mantener un monitoreo incesante, y *exámenes* cotidianos que no solo sirven para el control individual, sino una fuente constante de información y vigilancia. En este sentido, el análisis realizado, nos permitió ver claramente la evolución de estos dos discursos disciplinarios que están diseminados generalizadamente.

En este sentido, hemos puntualizado que las disciplinas tienen una alta capacidad de adaptación, así como su discreción, lo cual hemos podido demostrar ante las nuevas formas que han tomado las subjetividades, como el hedonismo calculador, y la necesidad que han creado las sociedades contemporáneas de un consumo

constante. Esto si bien en el fitness ha sido delimitado puntualmente en el desarrollo del texto, representa un elemento transversal para diversas prácticas corporales, que bajo nuestra perspectiva, deben ser analizadas. En general el Fitness nos permitió observar con claridad prácticas disciplinares sobre el cuerpo que están diseminadas socialmente en diversas prácticas, de forma menos explícita.

De igual forma, en los análisis contemporáneos, un elemento fundamental que se volverá cada vez más necesario considerar, es el avance de la tecnología sobre el cuerpo, el postulado mecanicista de su obsolescencia se va incrementando, cada vez se observa más rezagado, como algo que no se actualiza, un lastre que nos mantiene conectados con la naturaleza y la animalidad. Esto en un contexto donde los cuerpos por décadas han sido bombardeados por la publicidad constante del deber de ser y verse de cierta forma, de mantenerse así, sin importar la carga que signifique para el individuo, cuerpos que se vuelven mercancías y a su vez gracias a las mercancías pueden seguir subsistiendo. Esto es cierto en el fitness, pero pueden observarse un sinnúmero de prácticas que se han masificado en la época contemporánea, y que siguen la misma lógica, ya sea en dinámicas cotidianas, y puramente estéticas como las modificaciones corporales, la cirugía plástica, los tatuajes, las perforaciones, etc. O avances tecnológicos que buscan potenciar, alargar o replicar la vida humana.

La propuesta yace en explorar los cuerpos desde la disciplina sociológica, partiendo desde el sustento filosófico y ontológico que yace en su concepción, replantear la ecuación del ser desde un análisis social, la cual ha creado relaciones de pertenencia y mercantiles con los cuerpos en la época contemporánea. Es decir, ver desde el análisis sociológico al cuerpo no como una parte esencial de la existencia humana y de las sociedades.

Consideramos que corresponde a la sociología partir de una postura crítica para entender al despliegue de los cuerpos, desde todos los ángulos posibles, todas las prácticas, las formas en que son dominados, que lo ponen en juego y desarticular los discursos que los sustentan, para poder ver claramente el disciplinamiento al

que están sujetos los individuos y sociedades. Esto no con una finalidad moral, sino para poder hacer un análisis crítico del cuerpo en las sociedades contemporáneas.

En fin, la búsqueda de un replanteamiento de la ecuación corporal seguirá subsistiendo mientras se traduzca en relaciones basadas en la dominación, el consumo y la propiedad, siendo fundamental que la sociología sea parte de este movimiento, que implica a la filosofía, antropología, biología, literatura, y más áreas del conocimiento humano.

Sigo teniendo ante mis ojos a Teresa, sentada en un tocón, acariciando la cabeza de Karenin y pensando en la debacle de la humanidad. En ese momento recuerdo otra imagen: Nietzsche sale de su hotel en Turín. Ve frente a él un caballo y al cochero que lo castiga con el látigo. Nietzsche va hacia el caballo y, ante los ojos del cochero, se abraza a su cuello y llora.

Esto sucedió en 1889, cuando Nietzsche se había alejado ya de la gente. Dicho de otro modo: fue precisamente entonces cuando apareció su enfermedad mental. Pero precisamente por eso parece que su gesto tiene un sentido más amplio. Nietzsche fue a pedirle disculpas al caballo por Descartes. Su locura (es decir, su ruptura con la humanidad) empieza en el momento en que llora por el caballo,

Y ése es el Nietzsche al que yo quiero, igual que quiero a Teresa, sobre cuyas rodillas descansa la cabeza de un perro mortalmente enfermo. Los veo a los dos juntos; ambos se apartan de la carretera por la que va humanidad, [[ama y propietaria de la naturaleza]], que marcha hacia adelante. (Kundera, M, 1984, pp. 293)

Bibliografía:

- Adorno, Theodor y Max Horkheimer (1998) "Dialéctica de la Ilustración." Trotta: Madrid 1998
- Agamben, Giorgio (2014), "El uso de los cuerpos". Editora Adriana Hidalgo, Buenos Aires, Argentina
- Alba Rico Santiago (2017) "Ser o no ser (un cuerpo)", Editorial Planeta, 2017, Barcelona, España
- Alcocer-Maldonado, José Luis (2015) "El cerebro en el libro de Humani Corpori Fabrica de Andrés Vesalio", Acta médica grupo Angeles, Volumen 13, No. 3. Julio-Sept, Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actmed/am-2015/am153m.pdf>
- BOURDIEU, PIERRE (2000), "La dominación masculina". Editorial Anagrama, Barcelona, España.
- Butler Judith; (2002) "Cuerpos que importan", Editorial Nueva visión, Argentina.
- Corvera Ana, (2015) "La Belleza del cuerpo en Mesoamérica y la Nueva España" Sincronía, núm. 67, enero-julio.
- Davis, Flora (1975), "La Comunicación no verbal", Editorial Alianza, Madrid, España.
- Descartes, René (1977): "Meditaciones metafísicas", Editorial Alfaguara, Madrid España.
- Efron, David, (1970) "Gesto, raza y cultura". Editorial Nueva Visión. Buenos Aires, Argentina
- Elias Norbert (1987) " El proceso de la civilización" Fondo de Cultura Económica, D.F México
- Ezcurdia Híjar (2007) "Diccionario Filosófico", Noriega Editores, México.
- Foucault Michel, (1998) "Historia de la sexualidad I: La voluntad de saber", Siglo XXI, México, D.F
- Foucault Michel, (2003) "Historia de la sexualidad III: La inquietud de sí", Siglo XXI, Argentina, Buenos aires.
- Foucault Michel, (2007) "Historia de la sexualidad II:El uso de los placeres", Siglo XXI, México, D.F
- Foucault, Michel,(2002) "Vigilar y castigar", Editorial siglo XXI, Argentina.
- Freud, Sigmund, (1976) "Obras Completas Vol. XXI", Amorrortu, Buenos Aires.
- Goffman Erving, (2001) "La presentación de la persona en la vida cotidiana" Editorial Amorrortu Buenos Aires. Argentina
- Kundera, Milan: (1984) "La insoportable levedad del ser", Tusquets editores, Barcelona.
- Lagarde y de los Ríos Marcela (2005), "Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas" Universidad Nacional Autónoma de México, México. Df.
- Le Breton, David, (2002) "La sociología del cuerpo", Editorial Paidós, Buenos Aires. Argentina
- Le Breton, David, (2002) "Antropología del cuerpo y modernidad", Editorial Nueva visión, Buenos Aires.
- Le Breton, David, (2013) "El Tatuaje", Casimiro Libros, Madrid.
- Leenhardt Maurice (1971) "Do Kamo", Editorial Paidos, Barcelona España
- Lipovetsky, Gilles,(2003) "La era del vacío", Editorial Anagrama, Barcelona España.
- Marx, Carl (2015), "Manuscritos Económico-Filosóficos de 1844". Editorial Colihue, Buenos Aires.
- Mauss Marcel (1979) "Sociología y Antropología", Editorial Tecnos, Madrid España
- Nierzsche, Friedrich (1991) "Así Hablaba Zaratustra" Editorial Época, D.F, México
- Nierzsche, Friedrich (2015) "La Gaya Ciencia" Editorial Colofón, D.F, México
- Panikkar, "La religión, el mundo y el cuerpo.", Herder, España, 2014
- PLANELLA, J. (2017) "Pedagogías sensibles. Sabores y saberes del cuerpo y la educación" Edicions UB, Barcelona.
- Platón, (1871), "Obras Completas: Tomo V", Medina y Navarro Editores, Madrid, España
- Ramírez Hernández, Gloria (2020), "Los derechos político-electorales de las mujeres en México ante la CEDAW", Editorial TEPJF, México
- Segato, Laura Rita (2013) "La escritura en el cuerpo de las mujeres asesinadas en Ciudad Juárez." 1. Editorial Tinta Limón, Buenos Aires,.

- Simmel Georg, (2007) "Imágenes Momentáneas" Editorial Gedisa, Barcelona, España.
- Simmel Georg, (2017) "Sobre la diferenciación social: Investigaciones sociológicas y psicológicas" Editorial Gedisa, Barcelona, España.
- Smith Mcguire, Jessica, (2007) "Fit for consumption: Sociology and the business of fitness" Editorial Routledge, Nueva York.
- Stanley Turner Bryan (1989) "El cuerpo y la sociedad" Fondo de cultura económica, D.F México
- Stanley Turner Bryan (1994) "Los avances recientes en la teoría del cuerpo", Reis No 68, pp-11-3
- Universidad Autónoma de Puebla (2014) "Concepto y fundamentación de los derechos humanos. Un debate necesario". Texto para estudiantes. Ed. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
- Universidad Nacional Autónoma de México (2016) "Historia y conceptualización de los derechos humanos". Cuaderno de trabajo No1. Cátedra UNESCO de derechos Humanos de la UNAM.
- Valcárcel Amelia en: Ed. Rubio-Carracedo, M. Rosales José y Toscano Manuel (2000) "Retos pendientes en ética y política" Revista Interdisciplinar de Filosofía Suplemento 5 [ISSN: 1136-9922]
- Venegas Renauld, María Eugenia (2004) "El Renacimiento: Un contexto para el surgimiento del concepto pedagógico formación" Educación, Vol. 28, núm. 1, 2004, pag- 27-37, Universidad de Costa Rica, San Pedro, Montes de Oca, Costa Rica
- Wilde Oscar,(2018), "El Retrato de Dorian Grey", Editorial Planeta Mexicana, Ciudad de México
- Yourcenar, Marguerite (1968) "Opus Nigrum" Editor digital Sibelius, Epub Libre.

Fuentes Electrónicas :

- Agamben, Giorgio (2011), ¿Qué es un dispositivo?, en Sociológica, año 26, número 73, disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/soc/v26n73/v26n73a10.pdf>
- Garcia Garcia, José Joaquín (2006) "Premodernidad, modernidad y postmodernidad", Uni/pluri/versidad vol. 6 Noº 2, 2006, Facultad de Educación Universidad de Antioquía Colombia, Disponible en: [file:///Users/user/Downloads/11978-Texto%20del%20art%C3%ADculo-37252-1-10-20120605%20\(3\).pdf](file:///Users/user/Downloads/11978-Texto%20del%20art%C3%ADculo-37252-1-10-20120605%20(3).pdf)
- Gonzalez Crussi Francisco, Letras libres, "Una historia del cuerpo", en:<https://www.letraslibres.com/mexico-espana/una-historia-del-cuerpo>, 2003
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2020) "Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares", México. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/programas/dutih/2020/>
- Lacan, Jaques (1966) "Psicoanálisis y Medicina" disponible en: <https://www.lacanterafreudiana.com.ar/2.5.1.9%20%20%20PSICOANALISIS%20Y%20MEDICINA,%201966.pdf>
- Lupton Deborah "Lively Data, Social Fitness and Biovalue: the Intersections of Health Self-Tracking and Social Media" *News & Media Research Centre, Faculty of Arts & Design, University of Canberra* disponible en: <https://poseidon01.ssrn.com/delivery.php?ID=932001119069126121025116026089114113046076048031004017071001066123027018102101005030124002121124043057052125123016098101000080106061094046072004094106120094070122095042050095007115106027007104126092001087107095127003080021100111077088098028002073106065&EXT=pdf>
- Ramírez Gloria. (2015) en: "La Declaración de Derechos de la Mujer de Olympe de Gouges 1791: ¿Una Declaración de Segunda Clase?". Catedra UNESCO de Derechos Humanos de la UNAM, Cuaderno de Trabajo. Disponible en; https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/catedra/materiales/u1_cuaderno2_trabajo.pdf
- Rocha Herrera, Leticia (2004) "Descartes y el significado de la filosofía mecanicista". Revista Digital Universitaria. 10 de Abril de 2004, disponible en: <http://www.revista.unam.mx/vol.5/num3/art19/art19.htm>
- Vesalio Andrés Bruxellensis (1940), "SELECTO TABVLARVM N° XII ex opere ANDREAE

VESALII” Publicador Dr. A. Wander, Disponible en:
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/81/611V37.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Viveros Mara, (2016) “La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación”, Debate feminista 52, PUEG, Disponible en:
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0188947816300603?token=4F45F3F695E04B836F77BD4302910534DE3078414BB6E2BF313BEAE550173501D845D5614DC9E33DF8D014615BA2532B&originRegion=us-east-1&originCreation=20220927030740>