



# La construcción virtual de los cuerpos

MARIANO ARATTA (UBA)  
8 DE JULIO DE 2021

---

Las redes sociales se han convertido en espacio central de intercambio cotidiano, motivo más que suficiente para analizar cómo los individuos, diversos y complejos, interactúan entre sí al interior de este tipo de plataformas.

Hoy en día, las redes juegan un rol fundamental, sobre todo en el contexto de pandemia que estamos atravesando, ya que nos permiten estar constantemente conectados, compartiendo lo que cada uno elige mostrar de su vida y, a su vez, consumiendo contenidos de terceros.

Desde una perspectiva psicoanalítica, todo lo que hagamos en estas redes se fundamenta en un posicionamiento frente a otros. En este caso, frente a otros cuerpos que se construyen virtualmente, al igual que el nuestro, conformando una telaraña de relaciones.

## Distorsiones On/Off

En el mundo físico y cotidiano, nos apoyamos en la cultura, las sociedades y los diferentes grupos humanos con los que nos relacionamos para generar un entorno físico en el cual habría un denominador medianamente común para cada uno de nosotros.

En el mundo virtual no sería de la misma manera, sino que se conformaría una comunidad que estaría simulando un mundo, inspirado o no en el físico, pero en el que los vínculos, las interacciones y las relaciones tienen lugar en un espacio *online*.

Así, los usuarios de redes sociales construyen sus cuerpos en esta nueva ubicación desencarnada, a partir de normas implícitas y explícitas, con una pretensión de ser similares a sus corporalidades físicas o, al menos, idénticos a sus pares tangibles. Aunque quizás también con algunos rasgos exagerados o, a lo sumo, distorsionados.

Esta distorsión se daría, en forma consciente o inconsciente, con el fin de que nuestra imagen no pierda valor ante la mirada de los demás. Dentro de ese juego, deberíamos fundamentar en todo momento nuestro cuerpo, imagen y gustos con el fin de mantenernos “interesantes” para el otro y de darnos “credibilidad” ante la mirada ajena.

Al respecto, la psicóloga María Florencia Arnedo afirma que “en la adolescencia, etapa de transición ineludible, el aparato psíquico lleva a cabo la tarea de abandonar el cuerpo infantil mediante el proceso de duelo, dando lugar a una metamorfosis que desemboca en el cuerpo de la adultez. A lo largo de esta transición, el Yo realizará un esfuerzo por constituir una imagen con la cual el cuerpo se identifique. Dado que el desarrollo de la identidad todavía no se terminó de conformar, en esta etapa vital la imagen cobra muchísima importancia”. Arnedo, quien se ha dedicado al área clínica, abordando distintas patologías y trastornos de la niñez y adolescencia, sostiene que “en esta búsqueda de una nueva imagen corporal y solidez en la personalidad, los adolescentes recurren tanto a sus pares como a líderes, quienes podrían inspirar en la conformación de esa nueva imagen y es así como, en la actualidad, las redes sociales brindan un gran aporte a esta búsqueda”.<sup>1</sup>

---

1 Entrevista realizada por el autor a María Florencia Arnedo (Lic. en Psicología UBA), a propósito de los trastornos de la adolescencia y el uso de las redes sociales. Entrevista especial para este artículo, realizada con fecha 7/6/2021 en Ciudad Autónoma de Buenos Aires. No publicada en otros medios.

El exceso de horas que pasamos *scrolleando* en redes sociales nos otorga cierta sensación de conexión inmediata entre todos, sentimiento que fue clave, por ejemplo, cuando comenzó el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio en marzo de 2020 a raíz de la pandemia del COVID-19. “Esto explicaría las largas horas que los adolescentes destinan a observar el contenido compartido por sus pares y celebridades”, añade Arnedo quien ve en los llamados influencers a un grupo de referentes que “pasarían a ocupar el lugar de líderes, ofreciendo un modelo con determinadas creencias, normas e ideales. En ese sentido, la inmediatez en el contenido de redes como Instagram, TikTok, YouTube o Facebook, podría otorgar a los adolescentes cierta contención y sentimiento de pertenencia, una suerte de unión que generaría un vínculo de masa, caracterizado por la identificación fraterna y la idealización del líder en la figura de ese influencer, que funciona como ‘iniciador’, es decir, que introduce al adolescente en distintos ámbitos transmitiendo un saber determinado del cual carecía anteriormente”.

Apoyando las palabras de Arnedo, el Informe de noticias digitales del Instituto Reuters 2021, que analizó el impacto del COVID-19 en los medios de comunicación en todo el mundo, revela que los más jóvenes sienten una falta de representación en los medios tradicionales y están siguiendo a las personalidades más populares de las plataformas sociales, incluso cuando la fiabilidad de las noticias en esas plataformas es baja.<sup>2</sup>

## Acrónimos Gen Z

Cuando se quiebra la sensación de conexión, irrumpe en escena el llamado síndrome FOMO (del inglés “*fear of missing out*” o “temor a perderse algo”). A grandes rasgos, esta es una patología psicológica descrita como un recelo generalizado de que otros podrían estar teniendo experiencias gratificantes en las cuales uno está ausente. En una operatoria que genera ansiedad o depresión, la constante exposición de “momentos” en las redes sociales sería la principal causante de esta patología.

2 Reuters. (2021). *Digital News Report 2021*. Recuperado de <https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2021>

Jacques Lacan, en su *Seminario 1*,<sup>3</sup> analiza desde Jean-Paul Sartre temas como la emergencia del objeto humano en relación a los fenómenos de la vergüenza, el pudor, el prestigio y el miedo engendrados por la mirada. Apoyándonos en estos análisis, la construcción ante la mirada del otro y el deseo de “ser creíble” y “ser aceptado”, no serían aspectos que sólo deberíamos circunscribir a las redes sociales, ya que operarían en todo momento dentro de la vida cotidiana.

Al decir de Lacan, la mirada es condición necesaria (pero no suficiente) para la constitución del sujeto. Y, sin dudas, las redes sociales traen implícita la idea de mostrarnos constantemente, ya que, si no estamos exponiendo material en nuestros perfiles, nuestro cuerpo virtual no parecería real como sí lo es nuestro cuerpo físico.

Sartre, desde su libro *El Ser y la Nada*,<sup>4</sup> ha detallado cómo la mirada de los otros opera sobre nuestra conformación y nos predispone a realizar ciertas reformulaciones de nuestra propia corporalidad (desde lo físico y lo actitudinal), con el fin de no sentir vergüenza, miedo o, simplemente, con el objetivo de conseguir prestigio.

Por consiguiente, la actitud de construirse en redes sociales como un cuerpo virtual podría equipararse con la que realizamos día a día en el mundo físico, al resaltar algunos atributos de nosotros mismos y ocultar otros, siempre frente a la mirada de los demás. En este caso, la mirada sería la de los diferentes usuarios con los que nos relacionamos en la virtualidad. Al decir de la licenciada Arnedo, “los sujetos suelen crear contenido en redes sociales con el fin de generar un efecto en su público y la mayoría de las veces la respuesta buscada es el reconocimiento y la admiración. Esta situación no es exclusiva de la vida virtual, sino que también se da fuera del mundo de las pantallas: una enorme cantidad de sujetos condiciona su comportamiento en función del otro”.

Sartre define a la ausencia como un modo de ser de la realidad humana en relación con los lugares y sitios que ella misma ha determinado con su presencia. Siguiendo esta idea, la ausencia se determinaría en relación con un sitio donde deberíamos estar. Pero ese sitio no estaría determinado por la ubicación ni por relaciones entre nosotros y el lugar,

3 Lacan, J. (2007). *El Seminario de Jacques Lacan*. Buenos Aires: Paidós.

4 Sartre, J.-P. (1996). *El Ser y la Nada*. (Traducción de Juan Valmar). Buenos Aires: Losada.

sino por otras realidades: el sujeto estaría ausente en relación con el otro. Este aspecto es también fundamental a los efectos de repensar el síndrome FOMO en las sociedades contemporáneas hiperconectadas.

En esta línea de pensamiento, toda realidad humana estaría presente o ausente sobre el fondo de una presencia originaria, que no podría tener sentido sino como “ser-mirado” o como “ser-que-mira”.

Según Lacan, retomando a Sartre, cuando percibimos estaríamos mirando. Pero él no habla de “mirar objetos” sino que esta mirada tendría relación con “*tener conciencia de que somos mirados*”. Es decir, seríamos vulnerables por el simple hecho de que estamos sin defensa al ser vistos, seríamos objeto para un sujeto y es por eso que surgirían en nosotros reacciones como la vergüenza o la búsqueda de aprobación.

Para los autores, no serían los ojos los que nos miran, sino otro ser en cuanto sujeto, y eso nos sorprendería porque cambiaría nuestras perspectivas y nos ordenaría desde el punto de vista desde donde somos observados.

Siguiendo este análisis, Lacan refiere que los individuos podríamos sentirnos observados por alguien cuyos ojos, incluso cuya apariencia, ni siquiera vemos. Por consiguiente, sentir un ruido a nuestras espaldas sería similar a captar una mirada y, por esa misma razón, tomaríamos conciencia de ser observados.

Más adelante, en su *Seminario 11*,<sup>5</sup> Lacan se aleja de la idea de Sartre, ya que sostiene que la mirada no provendría del exterior, no tendría relación con “ser visto por otro”, sino que sería una mirada imaginada por uno mismo, aunque provendría en cierta forma desde el campo de “un otro”.

Es por eso que, dentro de las redes sociales, los cuerpos jugarían un intercambio que no es sólo verbal o a través del contacto en el sentido más literal (mensajes, fotos, etc.) sino que también operaría desde un punto de vista psicológico, atento a otro tipo de movimientos de los usuarios.

---

5 Lacan, J. (2008). *El Seminario de Jacques Lacan*. Buenos Aires: Paidós.

## Elogio de lo efímero

El síndrome FOMO, en este tipo de contextos, podría ser propiciado por un sentimiento de soledad y baja autoestima, lo que indicaría una alta dependencia a las redes sociales, con el fin de continuar espiando situaciones ajenas para obtener sensaciones propias.

Esto sería el caldo de cultivo ideal para lo que se dispara tras estos sentimientos: el deseo intrínseco de quienes padecen este tipo de trastornos y ansiedades, de mostrarle al mundo que, efectivamente, no se está perdiendo nada y que tiene muchas cosas para mostrar.

Es por esto que cada acción dentro de las redes sociales, destinada a construir nuestro propio cuerpo en la virtualidad, también operaría bajo los efectos de la mirada del otro. La construcción que realizamos sería, en partes iguales, tanto para nosotros mismos como hacia los demás.

Según Arnedo,

hemos visto cómo adultos con personalidades proclives a padecer trastornos de ansiedad han desarrollado comportamientos compulsivos respecto a consumir el contenido compartido por sus contactos. Rasgos de inseguridad, dificultades en el manejo de la ansiedad y la presencia de una autopercepción debilitada, favorecerían estos comportamientos. Este tipo de espectadores podría comprender que aquello que observa se trata de un parámetro acerca de lo esperable cuando, en realidad, detrás de las imágenes compartidas nos encontramos con un montaje. Expectantes al estilo de vida de otros, este público percibe cómo deberían ser los vínculos, la alimentación, el trabajo, el ocio, la vestimenta, los viajes y hasta incluso el propio cuerpo. La distancia entre los modelos que se imponen y su realidad causaría un incremento en los niveles de ansiedad, sentimientos de frustración y también tristeza.

Si bien patologías como el FOMO son síndrome corriente en la actualidad, debemos de tener en cuenta que esos “momentos” que vemos desfilan *scrollleando* en las vidrieras de las redes sociales no son realidades *per sé*, sino que representan (como bien vimos con

Lacan y Sartre) construcciones de una realidad, construida y enfocada hacia la mirada del otro. Este sería un buen puntapié inicial para comenzar a pensar en cómo atacar estos tipos de ansiedades sociales que se caracterizan por un deseo de estar continuamente conectados con lo que otros están haciendo.

La esencia de la percepción de uno mismo, diría Sartre, se refiere a una relación primera de nuestra conciencia con la del prójimo. Esta construcción opera, por un lado, para el mero uso e interacción en esta comunidad, pero, por otro, con el fin de hacernos a nosotros mismos “más interesantes” y darnos “credibilidad” ante la mirada de los demás.

Es en este punto cuando afirmamos que esta forma de construirnos en la red social no sería tan diferente a lo que realizamos en nuestro día a día cotidiano. A través de esta construcción (física o virtual) resaltaríamos algunos aspectos de nosotros mismos y ocultaríamos otros, siempre con el objetivo implícito o explícito de continuar generando efectos de sentido en las personas que nos rodean.

Aunque muchas veces, logremos todo lo contrario a lo que pensábamos.