

De cara al cuerpo: redescubriendo la corporalidad en un contexto de aislamiento y crisis sanitaria

Facing the body: rediscovering corporality in a context of isolation and health

Laura María Baeza Díaz¹

Universidad de Sevilla. Andalucía, España
laurabaezadiaz00@gmail.com

Identificador ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0168-1923>

Recibido: 29/6/2020. Aceptado: 31/8/2020.

Resumen

A raíz de la crisis mundial provocada por la pandemia de Covid-19, millones de personas alrededor del mundo se han visto obligadas a confinarse en su espacio doméstico durante meses, meses en los que bien pareciera que nos hemos visto, una vez más, de cara a la vulnerabilidad de nuestros cuerpos. El propósito de este trabajo es recoger las formas de cuidado y atención al bienestar del cuerpo surgidas a raíz del periodo de confinamiento, observadas mediante la colaboración de un total de 38 sujetos participantes a través de diferentes grupos de WhatsApp activos durante el periodo que ha sobrevenido a la pandemia desde marzo de este año hasta junio, en España. La investigación reveló que esta situación ha supuesto una ruptura en la configuración cotidiana de la corporalidad, dándose numerosos esfuerzos por dominar la vulnerabilidad del cuerpo, y surgiendo nuevas estrategias para la configuración de una “nueva corporalidad”.

Palabras clave: Aislamiento, bienestar, Covid-19, confinamiento, cuerpo, cuidado.

Abstract

As a result of the global crisis caused by the Covid-19 pandemic, millions of people around the world have been forced to confine themselves in their domestic space for months; months in which it seems that we have been, once again, facing the vulnerability of our bodies. The purpose of this paper is to compile the forms of care and attention to the well-being of the body that arose as a result of the confinement. These self-care methods were observed through a total of 38 participating subjects through different WhatsApp groups, which were active throughout a period during the pandemic from March of this year to June, in Spain. The investigation revealed that this situation has caused a change in the daily configuration of the corporality, giving rise to numerous efforts to again dominate the vulnerability of the body, bringing forth new strategies for the configuration of a “new corporality”.

Keywords: Isolation, Well-being, COVID-19, confinement, body, care.

1. Grado en Antropología Social y Cultural por la Universidad de Sevilla (Andalucía, España).

La crisis sanitaria y la vulnerabilidad del cuerpo

Inicialmente, mi interés por la temática del presente artículo se remonta al ámbito de ciertos mercados de Sevilla (Triana, la Encarnación, Nervión y Las Palmeritas), elegidos como sujetos paradigmáticos de estudio en relación a lo que había sido mi tema de investigación primario: la noción de autenticidad en base a la capital andaluza como destino turístico. Esta estaba fuertemente relacionada con las nuevas líneas centradas en el post-turismo y la autenticidad existencial, la cual concibe al cuerpo como sujeto legítimo de estudio. Sin embargo, dada la situación actual causada por la pandemia de Covid-19 y que vino a estallar a mitad del desarrollo de la actividad anteriormente descrita, decidí focalizar este ejercicio sobre la base de otra cuestión diferente, pero a su vez conectada aún con aquella primera investigación embrionaria: traté de prestar atención al “cuerpo confinado”, explorar el desenvolvimiento de nuestros cinco sentidos alrededor del caos y la incertidumbre al mismo tiempo que avanzaba la propia crisis sanitaria, habiendo abarcado finalmente un periodo de algo más de tres meses (de mediados de marzo a principios de junio), y culminando en este escrito.

De esta forma, el cuerpo y su forma de desenvolverse en el mundo ya se presentó como una dimensión indispensable en el análisis de la autenticidad en el ámbito turístico, y lo cierto es que también se posiciona como un sujeto de análisis más que interesante en el contexto actual de crisis sanitaria en el cual nos encontramos. Guantes de látex y mascarillas parecen establecerse como dos apéndices más de nuestro cuerpo, tan indispensables como los pulmones que tan desesperadamente deseamos proteger de la acción contagiosa del Covid-19.

Además, estando forzados a permanecer en aislamiento, confinados al interior de nuestros hogares, casi pareciera que se esté dando una nueva conciencia de nuestro cuerpo, un redescubrimiento si se quiere. Instagram se llenó de *stories* de gente haciendo deporte #encasa, de fotos de platos caseros y comidas sabrosas que quizás pretendían compensar de algún modo la falta de libertad móvil. ¿Qué aspectos de la relación con nuestros cuerpos se están viendo afectadas por esta crisis sanitaria? ¿Perdurarán estos cambios en años venideros? ¿Cuáles serán las consecuencias de los mismos? Muchas preguntas surgen inevitablemente ante el desenvolvimiento de un acontecimiento de la magnitud del aquí tratado, dando paso a la especulación y la imaginación científica, a la creatividad arrollada por una realidad desbordante.

Demasiadas cuestiones bailan en el aire y mucho podría discutirse (y se discutirá) al respecto, pero algo innegable es que la naturaleza de la crisis en la cual nos encontramos posee un carácter eminentemente corporal. Enfrentándonos ante un virus altamente contagioso, por contacto directo o simple cercanía física, prácticamente todas las esferas de la vida (por no decir todas) se ven obligadas a reconfigurarse en torno a lo que he querido referirme como “nueva corporalidad”, entendiéndose por este término a todas aquellas técnicas constituidas por formas y movimientos corporales (Mauss, 1934/1973: 70-71) surgidas a raíz de lo que ya hemos asumido como “nueva normalidad”. Estas nuevas “formas y movimientos” vendrían a designar a su vez una especie de nuevo “habitus corporal”, en términos de Pierre Bourdieu, poseyendo características propias del contexto en el que ha surgido, fácilmente diferenciables al orden anterior, en este caso marcando la ruptura la declaración del Estado de Alarma el 14 de marzo de 2020.

De esta forma, el análisis aquí presentado fue concebido de forma transversal tanto a la vida privada como a la pública, todo a través de la narración que proponen nuestros cuerpos, esa interfaz liminar que se encuentra entre nuestro ego y la realidad material, entre lo natural y lo cultural. Y ahora me gustaría adelantar

las siguientes preguntas al lector: ¿Acaso no éramos conscientes de nuestros cuerpos antes de que todo esto estallase? ¿No encontrábamos gimnasios abarrotados, montones de imágenes en Instagram de cuerpos esbeltos que nos hacían bostezar y mirarnos a nosotros mismos con desazón? Claro que sí, y desde mucho antes, el ser humano siempre parece haber tenido cierta obsesión por configurar su apariencia en base diferentes códigos variables en función de la cultura humana, códigos que establecen las formas aceptables y no aceptables de verse, moverse, pararse, interactuar e incluso aparearse... Pero creo podemos hallar consenso en que actualmente nos encontramos ante una situación sin precedentes que pone en vilo a la era de la humanidad global, a los desplazamientos intercontinentales e incluso a la propia naturaleza social del ser humano, al menos en su plano físico.

Podríamos intentar asimilar la actualidad a épocas de la humanidad, en distintos contextos geográficos, ligadas a pandemias del pasado tales como la peste negra o la gripe española, pero al final esos fueron otros tiempos, otras sociedades que no conocieron ni los *vuelos low-cost* ni el turismo de masas. El aislamiento obligatorio a raíz del Estado de Alarma nos obligó en cierta manera a dejar de mirar a las estrellas (cfr. Arendt 1958/1993: 13-14) y centrar la mirada de nuevo en nuestro propio ombligo, o más bien nuestros propios pulmones. Se trata de una situación en la que la salud del cuerpo preocupa a muchos y muchas más que la salvación del alma, y por ello creo debemos preguntarnos, ¿cómo nos está afectando esta situación en este preciso instante? En el nacimiento de mi investigación pude al menos esbozar las siguientes líneas de interés a este respecto, las cuáles desarrollaré a lo largo de este escrito:

1) Esta inesperada situación ha supuesto una ruptura, un antes y un después en la configuración cotidiana de la corporalidad, de modo que resulta de especialmente interesante indagar en las diferentes formas de resocialización del cuerpo y las estrategias derivadas que plantean como respuesta los individuos, así como cómo casan nuevos elementos como mascarillas y guantes en este complicado mosaico, además de cómo cambian (o permanecen) formas habituales de interacción física interpersonal como el “saludo”, o formas de interacción corporal intrapersonal, como la propia gestión de la imagen.

2) Ante una situación de total incertidumbre como la presente, he podido observar un especial impulso por dominar la vulnerabilidad del cuerpo. El cuerpo, como materia viva de la que nos constituimos en este mundo, parece que nos recuerda constantemente la lucha que surge del ser humano para constituirse como tal en base al rechazo de la potencialidad incontrolable de la vida misma, esa parte salvaje que la mente, entendiéndonos en este contexto de pensamiento occidental cartesiano, quiere dominar, ejercer total control sobre el mismo. Dentro de este planteamiento, se ha observado un auge generalizado de la práctica de ejercicio en todas sus modalidades posibles dentro del hogar, así como un cuidado especial de la alimentación y, en definitiva, una activación práctica del conocimiento, generado en este contexto, con todo lo que los individuos han considerado que lleva un “estilo de vida saludable”.

Además, dentro de este afán por controlar la corporeidad, se prestará atención a los cambios producidos en las formas en las que los individuos presentan al cuerpo, su imagen personal. En un contexto en el que se interrumpe el aspecto físico de la sociabilidad, pareciera que se tiende a la resignificación, tanto de uno mismo como del entorno inmediato, a través de múltiples mecanismos, tales como el disfraz o la búsqueda del espectáculo.

3) Otro aspecto importante a tratar será el traslado de la corporalidad cotidiana a la virtualidad, una tendencia que, si bien ya iba en alza, se ha incrementado exponencialmente en base a las necesidades impuestas

por la situación, por lo que podemos deducir la importancia de indagar en este aspecto hoy, y quizás así atisbar tendencias futuras. Esto se pretende a través de cuestionar la experiencia en diversas modalidades de teletrabajo, aprendizaje on-line, etc.

4) Por último, entiendo la importancia de tratar la emocionalidad asociada a la experiencia de confinamiento, así como expresiones corporales tales como ansiedad o depresión que pudieran surgir asociadas a un contexto de tales características, marcado tanto por la situación general en torno al COVID-19 y las pérdidas humanas derivadas de esta, como de las tensiones económicas y sociales surgidas. A este respecto, el escrito finalizará con un par de incisos acerca de lo que he llamado “la presencia del discurso de la muerte”, el fin del cuerpo biológico y las formas en las que los individuos parecen haber lidiado con la presión ejercida a este respecto.

Estudios desde las ciencias sociales acerca del cuerpo y estado de la cuestión

Antes de presentar los frutos empíricos de esta investigación, me parece conveniente prestar atención a las principales raíces de las que se han nutrido los estudios del cuerpo desde las ciencias sociales, de forma que el lector pueda situarse y entender más claramente de dónde surge el presente acercamiento a este aún inusual objeto de estudio en la disciplina antropológica.

De esta forma, podemos decir que un pionero del estudio del cuerpo en relación con los enfoques de sociedad fue el célebre Marcel Mauss, muy influenciado por su maestro Emile Durkheim, comenzando su andadura en los temas corporales con un pequeño ensayo en 1934 llamado “Técnicas y movimientos corporales”. En este, Mauss pretendía estudiar “la manera en la que cada sociedad impone al individuo un uso rigurosamente determinado de su cuerpo” (Mauss, 1934: 70). Las ideas de Mauss plasmadas en ese texto introducían a las ciencias sociales en un terreno hasta entonces prácticamente virgen, habiendo sido quizás explorado con anterioridad únicamente por la línea de psicoanálisis de Sigmund Freud (Galán Tamés, 2008: 26), considerando ciertos autores que Freud fue el primero en romper la barrera entre la organicidad y el hecho social que impedía a las ciencias sociales el tratamiento de la dimensión corporal de forma explícita (Cano, 2006: 254).

Mauss establece claramente en ese pequeño ensayo inicial que cada sociedad tiene sus propios hábitos y técnicas corporales, introduciendo el término “técnica corporal” (Galán Tamés, 2008: 26), el cual ha sido tomado como referencia junto con la idea de “habitus” de Bourdieu en la concepción de la “nueva corporalidad”, tal y como se introducía en el apartado anterior. Dentro de estas “técnicas corporales” definidas por Mauss, él considera que son “técnicas” en tanto en cuanto se encuentran constituidas por formas y movimientos corporales, entendiéndolo que estas son “transicionales”, ya que son adquiridas o aprendidas por medio de la educación o algún tipo de entrenamiento (no surgen de la nada, sino que son construidas históricamente), y que son “eficaces”, pues sirven a un propósito concreto. También es de desatacar la concepción que plasma Mauss en el mismo ensayo de 1934 de lo que él llamó “*homme total*”, pretendiendo expresar con estas palabras la necesidad de estudiar al ser humano en todas sus “dimensiones sociales, psíquicas y bio-orgánicas”. Esta última idea llamaba a prestar especial atención a la complejidad del humano en conjunción con su ser orgánico, inspirándome finalmente a perseguir una visión holística en la investigación y a tomar una perspectiva que atravesaba transversalmente alma, mente y cuerpo en aras de

entender la inmensa riqueza de las situaciones dadas durante la crisis sanitaria.

Por otra parte, ya a partir de la década de 1950, destaca el también muy conocido Michel Foucault con obras como *Histoire de la folie à l'âge classique* (1961), donde se apoya en la noción de “genealogía” del filósofo Nietzsche, “(...) y designa un modo de proceder y pensar la historia. La genealogía pretende ser un discurso del discurso, en dónde lo que importa es ver como un discurso de poder, desplaza a otro” (Galán Tamés, 2008: 45). Sin duda y en efecto, para Foucault la relación con el cuerpo es una relación de poder (Galán Tamés, 2008: 47). Este enfoque basado en las relaciones de poder resulta de completa actualidad y aplicabilidad a la hora de analizar la dimensión corporal en un contexto como el dado con el Covid-19, donde las instituciones estatales han tenido un papel más que fundamental en las formas de control del cuerpo, dictando la distancia de seguridad interpersonal como 1,5 metros, estableciendo el uso obligatorio de tapabocas, etc.

En relación directa con la situación de confinamiento y aislamiento, Foucault destaca que, en muchos casos, nuestro cuerpo es el único bien accesible y correccional que poseemos (Foucault 1975/2002: 27). Podemos entender que nos refugiamos en él, nos ensañamos con él, y en definitiva nos enfocamos en nuestro cuerpo como último bastión conocido cuando todo lo demás parece desvanecerse en el aire. Sin duda ejercemos nuestra agencia sobre él, continuamente, y esto ha podido apreciarse claramente en la crisis provocada por el Covid-19, tal y como destacaré a continuación en referencia a los resultados de la investigación. Por otra parte, Foucault realizó una gran aportación demostrando que “(...) no hay nada natural en la manera de relacionarse con el cuerpo” (Foucault en Galán Tamés 2008: 53), a la vez que “el cuerpo, al convertirse en blanco de nuevos mecanismos de poder, se ofrece a nuevas formas de saber” (Foucault 1975/2002: 152). Es decir, nuestra concepción del cuerpo se construye y al ser construida también cambia en base a los estímulos externos, no siendo para nada una excepción el confinamiento por la pandemia, sino más bien posiblemente un ejemplo paradigmático que, lejos de dejar atrás anécdotas superfluas, abre nuevas sendas hacia el futuro de la doctrina corporal.

Otros enfoques en relación al cuerpo más actuales tienen que ver con enfoques feministas, apoyados muchas veces en los planteamientos de Foucault para denunciar las relaciones de poder que son ejercidas sobre los cuerpos femeninos, entendiendo autoras como Méndez (2002) que “(...) en occidente, históricamente, la construcción cultural de la diferencia y de la jerarquía entre varones y mujeres se ha ido asentando sobre la naturalización de los sexos (macho, hembra), de los géneros (masculino, femenino) y de la heterosexualidad” (Méndez 2002: 3).

En general, hemos podido ver en las obras de Mauss y Foucault una idea sobre la que, en general, existe consenso: el cuerpo se construye, y cada cultura y sociedad lo ha hecho de una forma propia y diferente, haciendo de según qué diferencias desigualdades y jerarquías sociales. De esta forma, parece que debemos enfrentarnos al cuerpo desde una perspectiva dualista, entendiendo como muy bien expresa de nuevo Méndez, recordando a Mauss, que “(...) el cuerpo es un receptáculo de significados culturales, pero también es el “*primer y más natural objeto técnico, y al mismo tiempo medio técnico, del hombre*” (Mauss, 1983 c.p. Méndez, 2002: 7). El cuerpo es la primera y última barrera natural de la que el ser humano se apodera y manipula, controla y ejerce dominación.

A raíz de esta crisis sanitaria guantes de látex y mascarillas parecen establecerse como dos apéndices más de nuestro cuerpo, tan indispensables como los pulmones que tan desesperadamente deseamos proteger de la acción contagiosa del Covid-19. Se han observado reacciones de todo tipo a lo largo y ancho del globo,

pero todas parecen tener algo en común, y es que están destinadas a domar, en la medida de lo posible, la vulnerabilidad del cuerpo. Méndez dice así ahora en relación a Levi-Strauss, que “(...) todas y todos venimos al mundo con un cuerpo dependiente, indefenso e inhábil y sería importante “*estudiar la manera en que cada sociedad impone al individuo un uso rigurosamente determinado de su cuerpo(...) (puesto que es) mediante la educación de las necesidades y de las actividades corporales que la estructura social imprime su marca sobre los individuos*” (Lévi-Strauss, 1983, c.p. MÉNDEZ 2002: 7). Ahora yo propongo ir quizás un paso más allá, y reflexionar acerca de cómo miles de personas forzadas a permanecer en aislamiento, confinadas al interior de sus hogares, parecen despertar una nueva conciencia en base a su cuerpo, un redescubrimiento si se quiere.

Amenaza de un cuerpo enfermo: mecanismos de defensa y adoctrinamiento del cuerpo

Me dispongo a presentar ahora los resultados más llamativos del seguimiento de 38 personas durante algo más de tres meses de aislamiento durante la crisis sanitaria, en relación con las dinámicas corporales que hemos estado discutiendo en apartados anteriores, destacándose los siguientes bloques temáticos que recogen sus vivencias:

- Alimentación y ejercicio, los dos pilares de la concepción de “vida saludable” occidental
- Rutinas de higiene y prevención: todo por la doma de la vulnerabilidad corporal
- Reafirmando el yo a través del cuerpo
- Entre lo físico y lo virtual
- El discurso de la muerte y el final del cuerpo

1) Alimentación y ejercicio, los dos pilares de la concepción de “vida saludable” occidental

Una de las dimensiones más ligadas a la experiencia de lo corporal en los seres humanos es la alimentación, acto que podemos entender como aquel por el cual imbuimos vida al cuerpo. Si bien alimentarse es una necesidad universal, sobra recordar que varía enormemente en cada cultura, desde qué alimentos se consideran aptos para el consumo y cuáles no, hasta las formas de llevarlos a la boca, los instrumentos (o carencia de ellos) utilizados para tal efecto, la compañía que se elige o se desprecia en tales momentos, la temporalidad... Atendiendo a la riqueza de formas de tal actividad no me sorprendió apreciar que, efectivamente, estas han variado como consecuencia de los cambios sufridos en la cotidianidad por la necesidad de mantener el aislamiento social durante esta crisis provocada por el COVID-19.

En este sentido, dos han sido los aspectos principales que han destacado durante la experiencia de confinamiento: una preocupación intrínseca por la calidad de las comidas que se preparan, así como el aumento de la compra e ingesta de bollería industrial, dulces y chocolates. Se trata de una contradicción aparente, ya que, por una parte, la preocupación por el mantenimiento de la salud del cuerpo parece obvia en un contexto como el actual, donde existe un patógeno que atenta directamente contra la misma, y por otra, el aumento en la ingesta de dulces podría ser perfectamente una respuesta bio-psicológica para mitigar el estrés y la ansiedad causadas por tan delicada situación a través del placer.

Por otra parte, una derivación común entre los participantes del estudio en sus hábitos alimenticios ha sido una dilatación paulatina en los tiempos destinados al comensalismo, dándole especial importancia y prevalencia durante estos tiempos a la idea del “buen comer”, la cual asocia una buena forma de ingerir en la

cultura mediterránea a unos tiempos que en otras partes del mundo se considerarían excesivamente dilatados. De esta forma, podríamos decir que las horas dedicadas a la ingesta de alimentos han aumentado de forma directamente proporcional a los días acumulados desde el comienzo del Estado de Alarma. Es bien sabido que una buena comida reconforta, y en relación a los hechos observados he desarrollado las siguientes hipótesis explicativas:

a) Los actos de comensalismo en el ámbito doméstico muestran una de las pocas dimensiones de la cotidianidad que no se han visto directamente afectadas o interrumpidas por las medidas tomadas en el seno de la pandemia. De esta forma, la extensión de los tiempos dedicados a la alimentación del cuerpo equivaldría en la percepción de los individuos a una extensión de lo conocido y seguro, algo muy deseado en estos tiempos de máxima incertidumbre.

b) La dilatación de los tiempos dedicados a la alimentación podría verse como una reacción a las compras masivas debidas al pánico que dejaron muchos establecimientos comerciales parcialmente desabastecidos al comienzo del Estado de Alarma. Podría parecer contraproducente a primera vista, pero quizás el impacto de ver las estanterías vacías en el supermercado generó un estado de angustia que después se paliaría en el hogar alargando los tiempos de ingesta, bajo un pensamiento semi-inconsciente de escasez.

Por otra parte, todos los grandes discursos a este lado del mundo acerca del cuidado del cuerpo y el bienestar del mismo nos hablan de dos grandes pilares con gran capacidad transformadora y sobre los que debería basarse un estilo de vida saludable: la alimentación (sobre la que acabamos de hablar) y el ejercicio físico. En cuanto a este segundo pilar, es bien sabido que existe una relación directamente proporcional entre el bienestar del cuerpo y la cantidad de movimiento diario a la que este es sometida, y en un escenario como el aquí representado donde la preocupación número uno es el mantenimiento de la salud del cuerpo, la práctica de ejercicio se ha mostrado como indispensable en absolutamente todos los individuos partícipes en el estudio, al menos en el entendimiento y la expresión de lo que se debería hacer (una cosa es lo que se dice y otra lo que se hace). De esta forma, los grupos de WhatsApp tomados como unidades de observación se han visto absolutamente desbordados por diversas referencias a la importancia de ejercitarse dentro de los confines del hogar, compartiéndose sin cesar rutinas de ejercicios diseñadas por diferentes *influencers* del mundo fitness, así como consejos y listas de objetivos. Este hecho me parece especialmente llamativo desde un punto de vista comparativo, ya que con anterioridad al periodo de confinamiento el ejercicio (así como la alimentación) nunca había sido una temática relevante en la dinámica de los grupos, con excepción de uno centrado en torno a la práctica semanal de fútbol.

Asimismo, resulta interesante prestar atención a cómo ha cambiado la forma de realizar ejercicio tanto fuera del ámbito privado como dentro de este. Durante estos meses, se me han presentado numerosos testimonios de diferentes participantes en la investigación acerca de vecinos un tanto indiscretos y con ganas de hacerse notar, que cada día salen a sus balcones o terrazas para realizar ejercicio de forma ostentosa, con música a todo volumen y encantados de montar todo un show para quiénes alcanzan a verles. Hay que destacar también que todos estos testimonios han identificado varones realizando este tipo de prácticas, lo cual me hace reflexionar acerca de cómo la dimensión sexo-género se encuentra encastrada (como diría el célebre Polanyi) con el resto de ámbitos de la vida, y más concretamente en este caso con el deseo de mostrar el cuerpo en público en plena acción, y cómo esta variable varía según la identidad de género. De esta forma y sin duda, tanto hincapié en estas prácticas asociadas en el imaginario colectivo a un “estilo de vida saludable” para mí tienen que ver

directamente con la necesidad intrínseca que nace en todo ser humano de alguna forma decir “sigo aquí”, y de seguir construyendo nuestro cuerpo, domesticando lo salvaje y natural que aún queda en nosotros (o al menos intentándolo).

2) Rutinas de higiene y prevención: todo por la doma de la vulnerabilidad corporal

Uno de los aspectos que probablemente más ha cambiado con la llegada de la “nueva normalidad” ha sido el que tiene que ver directamente con las rutinas de mantenimiento de la higiene tanto del hogar como el aseo personal, sumándose y surgiendo nuevas estrategias de prevención ante el COVID-19. Estas novedades, introducidas de una forma un tanto brusca en la mayoría de los hogares, inevitablemente han llevado a la modificación de un aspecto central en las vidas de los individuos, una auténtica carrera a contra-reloj cuya meta última parece ser la doma de la vulnerabilidad corporal.

Agua y jabón, guantes desechables y mascarilla, han sido principalmente los tres vértices de la higiene preventiva promovida por las autoridades en España, comunes en su uso a gran parte de la población. Sin embargo, cómo se articula el uso de los mismos en la cotidianidad particular de cada unidad doméstica y cada individuo presenta sus variantes. En general, en los grupos observados se da un intercambio de prácticas cuyo objetivo es controlar los niveles de posible contaminación que pudiese traspasarse del exterior al núcleo doméstico privado, y entre ellas puede contarse el lavado de la ropa utilizada para salir a alta temperatura, la toma de una ducha o un baño calientes al volver del espacio público, la desinfección de la suela de los zapatos con alcohol o lejía...

Las variantes son múltiples y muy diferentes y pintorescas, pero no creo que centrarnos en cada tipología específica sea lo realmente interesante: más bien entiendo que la verdadera materia de investigación es concluir que todo este conjunto de prácticas representa un intento desesperado por establecer una sensación de control sobre el cuerpo en un situación donde este se ve amenazado por una especie de “enemigo invisible”, el cual sabes que puede estar en cualquier parte, pero no podemos identificar ni huir de él.

De esta forma el gran ser humano se vuelve frágil y miedoso, volviéndose a la comodidad de su caverna con la sensación de que el mundo exterior es cruel, o al menos podría serlo. Para blindarse de esta crueldad que no entiende de bondad ni malicia, tal y como es la enfermedad, nos aferramos a nuestra propia capacidad de invención, productos de la creatividad, al poder de la tecnología y la ciencia como último Ex-machina en la épica e interminable lucha entre una misma y su condición de vulnerable animal (cfr. Arendt, 1958/1993). Hace ya tiempo que la ciborg-antropóloga Amber Case (2010) sostiene que en la actualidad todos nos hemos convertido en ciborgs debido al uso continuado que hacemos de nuestros teléfonos móviles, los cuáles parecen que sean una prolongación más de nuestro cuerpo, una prótesis indispensable para la vida. En esta línea de pensamiento, no puedo evitar plantearme que algo muy similar está ocurriendo con los equipos de protección utilizados para la prevención en el contagio del virus.

Las mascarillas y los guantes de látex se han convertido en una parte indispensable de nuestro atuendo, ¿o puede que acaso vaya más allá? Incluso si fuéramos adeptos al nudismo (lo cual ahora quizás no es muy recomendable) una mascarilla y guantes no nos podrían faltar, nos sentiríamos no ya desnudos, sino incompletos. Esta idea de que estas muy necesarias nuevas prótesis se configuren como parte misma de nuestro cuerpo (así como el Smartphone y otros dispositivos móviles) quizá peque de extrema o improbable, pero hay un aspecto que es muy real, y este es cómo afecta el hecho de que integremos estos objetos en consonancia con nuestros cinco sentidos. No me parece descabellado considerar cómo el sentido del tacto acabaría atrofiado por el uso

constante de guantes, así como el olfato (y por tanto también el gusto) por el uso de mascarillas. ¿Será que no recordaremos el olor a azahar más que filtrado por la fragancia sintética que impregna cualquiera que sea el material de nuestra mascarilla habitual?

3) Reafirmando el self a través del cuerpo

Durante los meses de realización de este estudio, ha habido numerosas prácticas (tanto sugeridas como realizadas) por los participantes de los grupos de observación, las cuáles tenían que ver directamente con cómo nos vemos a nosotros mismos, así como con cómo nos ven los demás. Este hecho puede llamar la atención en un primer momento, pero parece ser que, efectivamente, ante la falta de contacto diario con otros individuos fuera de la unidad doméstica, los participantes presentaron un muy fuerte deseo de reafirmarse a sí mismos, a través de modificaciones radicales de la imagen, jugando con la corporalidad.

Estas diversas prácticas tendrían que ver con un proceso de reafirmación del “yo”, un yo que sabemos se expresa de forma muy corporal. Como ejemplo, varios participantes del Grupo C se han rapado el cabello y la barba que normalmente lucen, o le han hecho algún apaño de peluquería casera a ellos mismos o a alguien con el que conviven, siendo más atrevidos de los que normalmente podría haberse pensado, ya que como afirmaba un participante que ha estado rapándose la cabeza durante estos últimos meses “ahora no tengo presión por parte de mi novia o el trabajo para tener el pelo largo”.

El porqué de esta necesidad de sentirse y (sobretudo) mostrarse diferente parece bastante simple, en el sentido de que hemos sido privados, de forma súbita, de la aparición en el medio público, lo que implica de algún modo un corte del feedback que recibíamos de forma normal en nuestra vida diaria acerca de nosotros mismos por parte de los demás- y de alguna forma parece que esto ha creado una especie de “crisis de identidad colectiva” que nos lleva a transformar nuestra imagen, en una búsqueda desesperada de una reacción por parte de los otros, una reafirmación de nuestra propia existencia. Al fin y al cabo, recordemos que “persona” viene a significar “máscara” en griego antiguo, y tal y como propone Goffman en su obra *The presentation of self in everyday life* (1950): todos necesitamos definirnos en base a alguien, el individuo humano no existe *per se*.

Curiosamente, otra práctica observada durante esta experiencia ha sido la preeminencia del baile en la cotidianidad del aislamiento de numerosos individuos. Bailar es, tal vez, una de las expresiones corporales más espectaculares del ser humano, y una práctica que a menudo se encuentra asociada, en muy diferentes formas y sentidos, a contextos rituales de muy diversas culturas (sino todas). Bailar al son de un mismo ritmo crea un sentido claro de comunidad, y considero es este aspecto el que podría explicar mejor el por qué se ha destacado esta actividad en un contexto de “cuerpos confinados”. En este sentido, podemos pensar en el baile como el culmen de la expresión corporal, y es destacable apreciar que conforme se sumaban días al calendario de confinamiento eran más y más las personas que gustaban de salir a sus balcones y terrazas a bailar, a mostrarse en plena acción, a demostrar la potencialidad que existía en sus cuerpos en apariencia sanos, frente a las noticias de morgues de emergencia y el aumento de las cifras de fallecidos.

La importancia del baile ha sido sin duda grande en estos meses, siendo especialmente destacable al tratar la evolución observable que ha tenido el momento del “aplauzo de las 8pm”, hora en la que se acordó popularmente asomarse por las ventanas del vecindario y conceder un momento de aplauso y apreciación a los trabajadores sanitarios durante esta crisis. Al principio, este movimiento se planteaba solemne, se podía ver a la gente con un semblante serio ante la gravedad de la situación que nada más comenzaba. Sin embargo, conforme pasaban los días, este momento del día pasó a transformarse, convirtiéndose de una pura muestra de respeto a

un encuentro premeditado, la hora del día en la que se podía salir al balcón, la azotea o la ventana y reafirmarse en el hecho de que seguimos ahí, y no estamos solos. En este sentido y mirando atrás, no extraña que así, día tras día, se fueran incorporando nuevos elementos tales como música festiva y bailes, consumándose en una especie de acto comunal en el que se celebraba, quizás, que la lucha por la vida seguía. Se intercambiaban mensajes a distancia a través del propio movimiento del cuerpo, al son de diversas canciones, pero sobre la que simbólicamente, y de forma representativa, destacó la que tiene por título “Resistiré” de El Dúo Dinámico. Así, a través del baile, parece que muchos nos imbuimos de una energía particular, energía que en este caso podríamos describir a través de la propia letra de la canción nombrada anteriormente:

“Resistiré, para seguir viviendo
Soportaré los golpes y jamás me rendiré
Y aunque los sueños se me rompan en pedazos
Resistiré, resistiré”
(El Dúo Dinámico, 1988).

4) *Entre lo físico y lo virtual*

Sobra recalcar que como consecuencia directa de las circunstancias de aislamiento todas y todos nos hemos visto obligados a volcarnos, aún más, en la virtualidad. Ya sea para mantener cerca a aquellos familiares y amigos que tenemos lejos, o para seguir ejerciendo la actividad docente o laboral, como consecuencia directa de esta crisis nos ha sobrevenido la necesidad de traducir la corporalidad al ámbito virtual. En este sentido, he podido observar a lo largo de estos meses diversas formas creativas en las que los integrantes de los grupos de observación han pretendido trasladar la dimensión corporal a la virtual. Aquí recojo los casos concretos más llamativos:

Al principio del aislamiento, una de las integrantes del Grupo de Observación B propuso realizar “sesiones de estudio en grupo” a través de una aplicación que permite la realización de video llamadas. En estas sesiones el objetivo no era intercambiar ideas e impresiones o discutir acerca de ninguna temática concreta, únicamente se trataba de crear una especie de “efecto biblioteca”, donde podíamos vernos las unas a las otras trabajando en nuestras propias tareas, pero no debíamos molestarnos, es más, acordamos silenciar los micrófonos y sólo dejar la cámara encendida.

Esta experiencia me llevó a la reflexión acerca de la necesidad de sentir “presencialismo”, de forma que, si bien nos encontramos en una situación en la que la cohabitación de cuerpos se presenta como imposible, este ejercicio nos proporcionaba algo similar, a través principalmente del sentido de la vista. Mientras deslizaba las diapositivas en el ordenador y tomaba apuntes, subrayaba y realizaba esquemas, en aquellos momentos en los que levantaba la vista bajo una breve pérdida de concentración, veía a mis amigas esforzándose en una tarea similar a la mía, lo cual me reconfortaba y me hacía sentir acompañada, sin más interacción que quizás un gesto facial de reconocimiento si en esos momentos de alivio cruzábamos miradas. Entiendo que este, tal y como lo he llamado, “principio de presencialidad” se encuentra en la base de la motivación para realizar una llamada o una video llamada, si bien en éstas la interacción es el objetivo principal.

Otra experiencia que me hizo reflexionar profundamente acerca de la traducción de la corporalidad a la virtualidad ha sido mi vivencia atendiendo por primera vez clases universitarias a través de la aplicación Blackboard. La protagonista de esta reflexión es la pequeña función que tiene la aplicación para permitir al

alumnado tomar partido en el transcurso de la clase y pedir paso al profesor o profesora, “levantar la mano”, contando con un pequeño dibujo de una silueta humanoide con el brazo levantado.

Podemos pensar que seguramente sea por los años que llevo recibiendo educación reglada (prácticamente toda mi vida) y porque levantar la mano para pedir la palabra es uno de los actos más básicos registrados en mi mente en cuanto al contexto académico se refiere, pero lo cierto es que este botón colocado en el límite inferior de la pantalla no me llamó la atención hasta que no aparecieron las consecuencias de la utilización de esta herramienta, la cual se utiliza haciendo *click* una vez para “levantar la mano” y volviendo a hacer *click* luego para “bajar la mano”, una vez se da por terminada la intervención. Lo interesante (y que también resultó gracioso en muchos momentos) es que un gran porcentaje de las personas que hacían uso de esta herramienta (incluida yo misma) no realizaban el segundo paso, teniendo que formular frases de disculpa ante el desconcierto del docente, tales como “perdón, se me olvidó bajar la mano”. Fue sólo en ese instante cuando apareció en mi mente un sentimiento de extrañeza, de anti-naturalidad, ante la idea que, en el mundo físico, se me pudiera olvidar bajar mi propia mano levantada.

En este sentido, claro que el cuerpo es siempre utilizado como referencia en lo virtual, al fin y al cabo, es nuestro “vehículo en la vida”, la “pared” que separa al ser pensante del mundo exterior donde interactúa. Pero, si reflexiono acerca del funcionamiento de la herramienta de “levantar la mano” en el aula virtual, la razón principal por la que sostengo que de primeras resultó instintivo, “natural” su uso, sin que nadie me lo explicase, es sin duda por este pequeño recurso visual de la figura humanoide ilustrando ese mismo gesto. A mi parecer, podemos tomar este ejemplo como ilustrativo del gran peso que tiene en nuestra sociedad el sentido de la vista, sobredimensionado y sobrerrepresentado sobre el resto de sentidos.

Una vez planteada la cuestión parece obvia la existencia de este continuo intercambio realidad corporal – realidad virtual, pero lo cierto es que se me había pasado por alto hasta otra experiencia posterior, la cual tuvo lugar cuando una participante integrante del Grupo de Observación C propuso llevar a cabo un juego. Curiosamente, este juego trataba de intentar recrear un emoticono de WhatsApp, ayudándote únicamente de tu propio cuerpo y de materiales que pudieras encontrar en casa. En esta experiencia, podemos pensar que el efecto o la finalidad era la inversa a la experiencia de la mano levantada: en vez de tomar una referencia física y traducirla a la virtualidad, se pretende tomar una referencia virtual (un emoji o emoticono) y recrearlo en la realidad física.

En este sentido, creo que podemos afirmar que existe un campo de estudio aún bastante inexplorado relativo a los intercambios que se dan de forma continuada entre la dimensión física y la virtual, dos dimensiones que no podemos seguir estudiando como separables, cuando se encuentran intrínsecamente unidas en la cotidianidad actual (Pink, 2017: 115), y que se presenta de prioritario interés en el estudio más profundo de las dinámicas de aislamiento durante la crisis sanitaria, en relación a los enfoques corporales.

5) *El discurso de la muerte y el final del cuerpo*

Existen innumerables creencias en diferentes lugares y tiempos acerca de qué ocurre después de la vida, reflexionando en torno a si existe o no un más allá, y si existe, cómo sería este... Pero un hecho universalmente aceptado es la condición temporal del cuerpo físico, entendiendo todo cuerpo como algo que nace y muere, o al menos reconociéndose un “cambio de estado” en la persona. De este modo, y aunque la tasa de mortalidad del virus Covid-19 se mantiene relativamente baja, para muchos ha seguido resultando letal, sobre todo en personas de más avanzada edad y con problemas respiratorios o del sistema

inmunitario. Fosas comunes, crematorios al máximo de sus capacidades, pistas de hielo utilizadas como morgues de emergencia... Hechos que sin duda ponen en primera línea la conciencia de la finitud del cuerpo, y también el final del ser mismo para aquellos que no creen en nada más allá de la dimensión física que habitan.

Lo que he llamado el “relato de la muerte”, llega cada vez un paso más cerca, a través de testimonios de amigos y familiares que conocen a alguien que falleció a causa del virus, siendo en la mayoría de ocasiones lo más duro no el procesamiento de la pérdida en sí, sino no poder darle sepultura de forma adecuada, física, cercana, a ese ser querido. Una participante de mi entorno cercano me confió la historia de su suegro, el cual falleció tras varios días pidiendo atención médica de forma desesperada temiendo que este hubiera desarrollado el virus de forma agresiva, y lamentablemente el hombre falleció en la puerta de su domicilio justo cuando hubo recibido respuesta para trasladarlo al hospital.

¿Qué significa esta nueva omnipresencia de la muerte en nuestras vidas? Para entender las posibles repercusiones futuras a este respecto, quizás debemos atender primero a las bases de la concepción de la muerte del cuerpo en occidente. A este respecto, Hortensia Moreno (2013) realizó un muy interesante análisis al respecto de los orígenes del “cuerpo atlético”, entendiendo que en occidente “el cuerpo es una categoría histórica poseída por lo imaginario” (Moreno 2013: 53). De esta forma, Moreno destaca dos figuras míticas a través de las cuáles podemos rastrear los orígenes de la visión del cuerpo actual: el “cuerpo resplandeciente” en la antigüedad clásica, entendiendo que “(...) el resplandor de los dioses se transparenta en el cuerpo humano tan solo en los momentos escasos y pasajeros donde se muestran la juventud, el vigor o la belleza en todo su esplendor” (Moreno 2013: 54), y el “cuerpo celestial”, el cual “(...) procede del pensamiento cristiano, el cual eligió para el cuerpo un destino más allá de la muerte al adoptar como dogma teológico la resurrección de la carne” (Moreno 2013: 56). Así, lo interesante en este sentido es observar que, en ambos modelos, muy importantes en la imaginación del cuerpo en el contexto socio-histórico occidental, aspiran a la inmortalidad del cuerpo, ya sea a través de una eterna juventud o de la resurrección del mismo.

De esta forma, podemos entender que Moreno sostiene que el ideal de cuerpo atlético se fundó sobre la deseabilidad de la inmortalidad, y creo que es dentro de este precario contexto de crisis sanitaria donde este deseo ha salido más a la luz que nunca, a través de, cómo veíamos al comienzo de este escrito, la activación de los conocimientos asociados a la concepción de una “vida saludable” por parte de los individuos, los cuáles en última instancia desearían acercarse a este ideal de cuerpo atlético, para poder así alejarse de las garras de la parca, a través de cada ejercicio terminado y cada pieza de brócoli consumida. Desgraciadamente, el primer símbolo de la realidad física de nuestra existencia, esa última barrera natural a la que llamamos cuerpo, no existe aislado.

Vive en continuo intercambio con el mundo, un mundo que por mucho que el ser humano, en toda su grandeza y mediocridad, intente domar y alzarse al fin como dios exógeno a su realidad corpórea, no podrá por el simple hecho de existir como tal, de vivir. Personalmente, esta conciencia de la finitud del cuerpo se materializa en cada escalofrío que recorre mi piel al oír pasar una ambulancia, a la presión que embriaga mi pecho cada vez que echo un ojo a las cifras de fallecidos en cada país, y, sobre todo, a la inmensurable e irrevocable pena que siento en cada fibra de mi ser físico al leer las historias de aquellos que tuvieron que morir solos, mostrando la crueldad de la vida en su temida otra cara: la muerte.

Conclusiones

En base a todo lo expuesto en este escrito, se resumen las siguientes hipótesis fundamentales:

1) La crisis sanitaria provocada por el Covid-19 nos ha obligado a re-pensar y re-definir nuestro cuerpo de una forma única y diferente, forma la cual surgirá con claridad exclusivamente con el inevitable transcurso de la historia humana. A este respecto es que resulta interesante traer a coalición las ideas formuladas en clave corporal por autores aquí citados como Marcel Mauss y Michel Foucault, y entablar un diálogo entre estas y el desenvolvimiento de las vivencias de nuestros cuerpos. Y así, este escrito pretende despertar más preguntas que respuestas, sacudir el polvo del estudio de la organicidad humana en su aspecto social y cultural, para quizás acercarnos al entendimiento de esta “nueva corporalidad”, la cual parece que ha venido para quedarse.

2) Los intercambios que se producen entre la virtualidad y el mundo físico se destacan como una nueva vereda en su mayoría aún inexplorada, pero que no puede seguir siendo ignorada a fuerza de ganar cada vez más presencia en la cotidianidad de la vida. Es un hecho que cada vez pasamos más tiempo presentes en el “mundo virtual”, atendiendo a nuestro otro ego cifrado en unos y ceros. Esa era ya la tendencia antes de la llegada de la pandemia, y esta quizás no ha hecho más que acelerar un proceso preexistente. Sin embargo, situaciones desesperadas llaman a medidas desesperadas, y la virtualización de la vida ha llegado en muchas ocasiones de forma súbita. Un cambio brusco genera reacciones de igual naturaleza, las cuáles resultan de extrema importancia a la hora de definir el nuevo orden corporal y sus características.

3) La doma de la vulnerabilidad corporal podría ser el motor principal y generador de muchos de los cambios que estamos presenciando en la actualidad. En este sentido, quizás podríamos decir que, de alguna forma, la lucha por domar la vulnerabilidad del cuerpo equivale a la vieja dicotomía naturaleza/cultura. Dentro de la vieja concepción naturaleza-cultura, en el contexto actual el ser humano hace uso de la tecnología (las “nuevas prótesis” descritas anteriormente) y el conocimiento cultural (aquello que se considera “saludable” en nuestra sociedad) para domar de una vez por todas el cuerpo y las vulnerabilidades que este conlleva en un contexto de enfermedad, visto quizás este como la último bastión que recuerda al ser humano (en su concepción de mente racional) que nunca podrá desembarazarse completamente de su dimensión natural, física, corporal, salvaje e incontrolable.

Referencias

- Arendt, H. (1958/1993) *Prólogo en La condición humana*: Barcelona, Paidós.
- Burgos, H. Pink, S. (2017) *Etnography at the edge of the future*. Vol. 3, pp. 106-120
- Cano, R. Z. (2006). La dimensión social y cultural del cuerpo. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, 20(37), 251-264.
- Case, A. (2010). *We are all cyborgs now*. In *TED Conferences.*, <http://www.ted.com>. Dúo dinámico, Resistiré (1988). Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=KlrKj6XMt4Q>
- Foucault, M. (1975/2000). *Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión*. Siglo xxi.
- Galán Tamés, G. (2008). *Una mirada a la historia del cuerpo como objeto de estudio de la disciplina histórica* (Master's thesis, Universidad Iberoamericana Ciudad de México. Departamento de Historia).
- Goffman, E. (2002). *The presentation of self in everyday life*. 1959. Garden City, NY, 259
- Mauss, M. (1934/1973). Techniques of the Body. *Economy and society*, 2(1), 70-88.

De cara al cuerpo: redescubriendo la corporalidad en un contexto de aislamiento y crisis sanitaria.

Méndez, L. (2002). Cuerpo e identidad: modelos sexuales, modelos estéticos, modelos identitarios. *Blanco, Miñambres y Miranda (coords.). Pensando el cuerpo, pensando desde un cuerpo. Universidad de Castilla La Mancha, Albacete, 123-137.*

Moreno, H. (2013). La invención del cuerpo atlético. *AIBR. Revista de Antropología Iberoamericana, 8(1), 49-81.*