

Antropología Experimental<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/rae>

2021. nº 21. Texto 17: 261-271

Universidad de Jaén (España)
ISSN: 1578-4282 Depósito legal: J-154-200DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rae.v21.5782>

Recibido: 22-09-2020 Admitido: 18-03-2021

**“Yo no soy un cuerpo, yo soy una cabeza pensante”.
Persistencia de la dicotomía mente/cuerpo en mujeres en
proceso de envejecimiento****Gisela DURÁN**Universidad Nacional de Educación a Distancia (España)
gduran27@alumno.uned.es**“I’m not a body; I’m a thinking head”. Persistence of mind/body dichotomy in older women****Resumen**

Este artículo, inserto en una investigación etnográfica más amplia sobre las vivencias del proceso de envejecimiento en unas mujeres madrileñas, examina el impacto que tiene en estas mujeres la internalización de dicotomías clásicas como las que oponen mente y cuerpo, jerarquizando los dos términos de la polaridad. Este estudio plantea que la conciencia del cuerpo que envejece podría reforzar en ellas el pensamiento dicotómico, privilegiando la identificación con la mente y el desapego de un cuerpo que, según un orden simbólico dualista, aparece como inmanente, inferior al espíritu y necesitado de control.

Abstract

This paper, inserted in broader ethnographic research on the experience of the aging process in some women living in Madrid, examines the impact that the internalization of classic dichotomies such as those that oppose mind and body has on these women, ranking the two terms of the polarity. This study proposes that the consciousness of the aging body could reinforce dichotomous thinking in them, privileging identification with the mind and detachment from a body that, according to a dualistic symbolic order, appears as immanent, inferior to the mind and, in need of control.

Palabras clave

Envejecimiento. Cuerpo. Mente. Dicotomías. Feminismo
Aging. Body. Mind. Dichotomies. Feminism

Introducción

Durante los años 2016-2019, con varios regresos al campo durante el año 2020, estuve desarrollando un estudio etnográfico sobre los procesos de envejecimiento de mujeres urbanas, tomado el cuerpo como hilo conductor. En esta investigación, que se desarrolla en Madrid, mi principal interés emergió cuando analizaba la percepción que las mujeres en proceso de envejecimiento tienen de sus cuerpos. Para entender mejor el modo en que las informantes afrontaban la madurez y el envejecimiento se hacía necesario comprender los cambios en la relación que estas tenían con sus cuerpos y en qué manera se identificaban con estos a medida que pasaban los años.

Mi objetivo con este artículo es, en primer lugar, analizar cómo dualismos contextual y socialmente mediados que oponen, o más bien, jerarquizan pares como la mente y el cuerpo pueden llegar a interiorizarse, en forma tal que permea la forma en que las informantes contemplan sus cuerpos y, en segundo lugar, cómo les afectan las connotaciones negativas asociadas a los cuerpos por este orden simbólico a medida que van envejeciendo.

El análisis está realizado desde la perspectiva teórica de la antropología feminista, marco analítico que me parecía esencial para el tipo de investigación que pretendía llevar a cabo. La teoría feminista ha sido crucial a la hora de dar voz a las experiencias de las mujeres, utilizando un enfoque fundamentalmente cualitativo y consiguiendo así una visibilización mayor de las mujeres en sus distintos contextos cotidianos (Moore, 2009), contextos que por su misma naturaleza son los relevantes en este estudio. Además, la teoría feminista estuvo entre las primeras en exponer y desafiar “cadenas semióticas” insertas en la cultura occidental de las que emergen estas oposiciones binarias que se refuerzan una a la otra, como cuerpo y mente, pero también naturaleza y cultura o racional e irracional, “apoyando así su estatus de verdaderas” (Mascia-Lees, 2016: 148). Es cierto que la antropología feminista, hasta no hace tanto tiempo, había minimizado la forma en que las mujeres vivían su cuerpo, en un intento de rehuir esencialismos biologizantes (Holstein y Gulobov, 2010), pero en las últimas décadas el cuerpo ha ido adquiriendo la importancia que merece en la teoría del feminismo, debido a su postura metodológica enfocada al análisis cualitativo. Este tipo de análisis no solo hace visible lo hasta entonces invisible, sino que también reconoce la interconexión entre clase social y género, lo que ha abierto el paso para explorar otras imbricaciones, como la interacción entre género y edad (Arber y Ginn, 1996). El cambio de paradigma que ha supuesto pasar de considerar el cuerpo como una realidad inmutable y biológica a considerarlo contextual e históricamente mediado ha sido una de las más importantes contribuciones de la teoría feminista, a la búsqueda de una visión política del cuerpo que ponga en jaque su inclusión en la categoría de naturaleza y las consecuencias reales de estos discursos sociales en cómo se construye el yo (Bordo, 1995).

Por otro lado, nociones tales como las de Body-Self (Sakson-Obada y Wycisk, 2015), y las de afectividad, emociones y sentimientos¹ (Anderson; y otros, 2020. Mascia-Lees, 2016. Richard y Rudnyckj, 2009), que hacen hincapié en una conceptualización tridimensional de la imbricación cuerpo-mente, han resultado útiles para tratar de explicar las experiencias corporales de unas informantes que buscaban una nueva relación con el mundo, en un momento de sus vidas en las que las percepciones, el sentimiento de identidad física y la imagen corporal se iban modificando. Explorar en la importancia del afecto como “un componente crítico de la subjetividad y de la acción” (Richard y Rudnyckj, 2009), examinando la capacidad del cuerpo de afectar y ser afectado,

¹ El término anglosajón más usado es “affect”, que no solo es difícil de traducir al castellano, sino que como resume Mascia-Lees (2016) también resulta escurridizo en inglés. Así, Mascia-Lees señala como algunos autores, entre los que se encuentra Massumi, lo interpretan como una experiencia corporal no consciente, mientras que para algunas antropólogas feministas, como Cvetkovich, el término incluye emociones, sentimientos, impulsos y deseos que están contextualmente construidos, implicando no solo una concepción integrada de las emociones como referidas al cuerpo y a la mente, sino también poniendo de manifiesto la construcción política y social de determinados sentimientos y emociones que se suelen asumir como experiencias meramente personales. Para propósitos analíticos empleo indistintamente las palabras sentimientos o emociones, a sabiendas de que solo son parcialmente adecuadas, para describir sentimientos de inadecuación corporal culturalmente mediados que han emergido durante el trabajo de campo.

permite reconfigurar las relaciones entre los cambios sociales, el cuerpo, los sujetos y las experiencias y los entornos en que se mueven estos sujetos.

Comienzo este artículo con algunas pinceladas metodológicas en torno a la investigación en entornos próximos, en los que las fronteras entre antropóloga e informantes son fluidas y en la forma en que esta circunstancia influyó en mi propia investigación. Continuo con un análisis de la manera peculiar en el que la cultura del cuerpo ha modelado los dualismos contemporáneos, análisis que he construido a través de entrevistas con las informantes y observación participante a lo largo del trabajo de campo. Por último, y como conclusión, ofrezco mis reflexiones en torno a los significados que tienen para las informantes la interiorización de unas dicotomías que, por una parte, les permitía asumir más fácilmente el envejecimiento, al distanciarse de sus cuerpos y por otra, ahondaban en la necesidad de control de estos. Estas contradicciones provocaban en ellas unos sentimientos que en modo alguno pueden considerarse manifestaciones de un problema individual con sus cuerpos, sino que deben contemplarse como expresiones relacionales cultural e históricamente mediadas que están cargadas de significados y que tienen que ver con cómo el entorno social en el que viven juzga los cuerpos femeninos.

Preocupaciones Metodológicas: la Antropología “en Casa” y los Riesgos de Esencializar Experiencias Comunes

Mi interés por los procesos de envejecimiento femenino y por las transformaciones sociales que posibilitaron una especie de “salida del armario” de las mujeres una vez pasada la madurez se remonta ya al año 2007, cuando inicié una fructífera etapa de voluntariado en talleres para mayores de 55/60 años, en los que el noventa y cinco por ciento de los usuarios eran mujeres. Este interés provocó que el envejecimiento femenino, con el cuerpo como hilo conductor, se convirtiera en el tema de base de una investigación etnográfica para mi tesis doctoral, actualmente en curso, de la cual forma parte este artículo y cuyo trabajo de campo llevé a cabo entre los años 2016 y 2019. Desde el primer momento puse el foco en los cambios sociales que se han experimentado en España en las últimas décadas de democracia y que han desmontado los discursos tradicionales sobre el cuerpo femenino, cambios en los discursos que han ido asumiendo las mujeres que en este país tienen más de 50 años.

Tengo que admitir que a la hora de iniciar el trabajo de investigación me encontré con dos problemas metodológicos. El primero de ellos fue la imposibilidad de elaborar un perfil de grupo con las informantes. Esta dificultad presentaba un aspecto común a cualquier tipo de investigación en la que se ven involucradas mujeres y otro particular relativo a mi propia investigación. El reciente cuestionamiento de la existencia de una identidad de género común, como señalaba Méndez (2008: 194), coloca el foco en la subjetividad y las distintas experiencias de las mujeres y en las intersecciones entre variables distintas, edad, clase, etnia etc. lo que pone de manifiesto la necesidad de tener en cuenta la heterogeneidad de las mujeres a la hora de “avanzar en el nivel de teoría”. Por ello tenía claro que debía tener un inmenso cuidado en no caer en esencialismos ni generalizaciones, en un difícil equilibrio por no perder tampoco de vista el sujeto². Esta cautela general en cualquier análisis social se hacía evidente en esta investigación, donde las informantes, aparte de estar dentro de un grupo de edad determinado, pero relativamente amplio, pocas cosas tenían en común, salvo, quizás, la percepción de ser tratadas de manera homogeneizante y estereotipada por la sociedad en la que viven. Sin embargo, esto que pudiera parecer una dificultad, no resultó así, si se tiene en cuenta que al escoger una perspectiva feminista me decantaba por un marco de análisis que aboga, como apunta Gregorio (2006: 27), por “reconocer las relaciones de poder fluidas que se dan en campo y la diversidad de posiciones de los sujetos implicados”. El

² De la dificultad de hablar de colectivos socialmente homogeneizados, pero ontológicamente diversos sin perder de vista el sujeto (político) da cuenta teóricas como Spivak (1998), que acuñó el concepto de “esencialismo estratégico” para definir y defender una posición esencialista con carácter temporal al objeto de llevar a cabo acciones políticas dirigidas a grupos socialmente subalternos. En cualquier caso, considero muy acertado el límite que sugiere Valcárcel (1994: 144), “ni esencialismo ni naturalismo”. Como bien señala esta autora “las mujeres comparten la característica de *la mujer*, esto es de una designación, por un lado, y, por otro, comparten una gama finita de formas de estar en el mundo, una fenomenología, pero nunca una esencia”.

segundo problema, en cierta forma también relacionado con el anterior, tenía que ver con la antropología “en casa”, en la que el planteamiento “nosotros/ellos” no me resultaron muy útiles, pues mi posición como antropóloga y la de las informantes no podían considerarse como estrictamente delimitadas y, además, en este caso concreto, los grados de familiaridad que alcancé con las informantes fueron muy distintos. No obstante, esto no tenía por qué suponer un inconveniente, y, de hecho, no fue así, pues, como hace notar Cruces (2003: 175) la cercanía a varios niveles a los sujetos del campo puede dotar a la investigación de un “plus de reflexividad”.

Desde una perspectiva metodológica, en una investigación que se realiza “en casa” el extrañamiento de partida parece no existir. Esto, no es del todo cierto, porque en el diálogo entre antropóloga e informantes los interlocutores son muy distintos entre sí, incluso puede llegar a ser una ventaja, pues, continúa Cruces, “la etnografía pluraliza el entorno propio, hace emerger la alteridad invisible contenida en el medio al que uno pertenece”, lo que permite captar los solapamientos, contradicciones y rápidos cambios sociales que se dan en nuestra cultura contemporánea. La metodología escogida, cualitativa, ya apunta a que he seguido un paradigma interpretativo donde no cabe esperar generalizaciones, y supone que, comprender cómo la gente produce e interpreta su realidad no se logra más que participando en sus interacciones. Y naturalmente, también significa que mi presencia no podía quedar al margen, puesto que el principal instrumento de investigación, inevitablemente, es el antropólogo (Guber, 2001).

Me basé en primer lugar en un rastreo bibliográfico al que siguió el trabajo de campo. La investigación fue planeada en dos fases, una exploratoria de búsqueda de las informantes y los expertos, con las que entré en contacto primeramente en talleres de tiempo libre, gimnasios, programas de envejecimiento activo y otros espacios institucionales como la universidad, espacios con los que los agentes estaban relacionados bien como usuarios o bien como expertos. Una vez localizadas las primeras informantes en estos espacios, seguí la técnica de “bola de nieve”, contactando a nuevas informantes a través de las ya conocidas. En total, entrevisté entre una y dos veces a 22 mujeres mayores de 50 años compartiendo también experiencias a través de encuentros informales. Puesto que el impacto de los cambios sociales en nuestro país en los discursos sobre los cuerpos femeninos era muy importante para el diseño de este trabajo, me pareció necesario que la franja etaria se extendiera a dos generaciones. Tomé esta decisión, no tanto porque considerara la edad cronológica definitoria, pues las trayectorias vitales son tan únicas que desafían la homogeneización de las experiencias cuando únicamente se toma como referencia la edad, sino porque de este modo sería más sencillo establecer un ejercicio comparativo entre los diversos discursos sociales sobre los cuerpos femeninos y la naturaleza fisiológica de la mujer.

Once de las mujeres entrevistadas tenían en el momento de iniciar el trabajo de campo entre 51 y 59 años, siete, entre 60 y 69 años y 4 entre 70 y 79 años. Además de la entrevista semiabierta en la que usé un pequeño guion en el aparecían las cuestiones claves que quería abordar, la técnica usada preferentemente ha sido la entrevista informal abierta, que se ha basado en el relato de vida. Son tres las razones por las que me incliné por esta técnica. En primer lugar, dada la temática de la investigación era imprescindible crear un ambiente de confianza en el que las informantes se sintieran cómodas hablando. En segundo lugar, porque por su propia naturaleza, la técnica de los relatos de vida me permitía, por un lado, atender la variable temporal que ponía en perspectiva los procesos de cambio social por los que habían pasado las informantes, por otro, permitía articular las experiencias de las informantes con las estructuras sociales y, por último, pero no menos importante, porque en este planteamiento, las narrativas de las informantes son las que pondrían orden en su experiencia, permitiendo así hacer inteligibles experiencias que en una metodología menos flexible hubiera sido poco menos que imposible.

Tensiones entre el Cuerpo Soñado y el Cuerpo Vivido. La Fragmentación del yo

Mientras llevaba a cabo el trabajo de campo me di cuenta de que las informantes no parecían verse a sí mismas como un todo mente-cuerpo³, sobre todo desde que habían entrado en la

3 El problema de explicar la relación entre la mente y el cuerpo ha generado una discusión de siglos que ha intentado indagar entre los estados mentales y subjetivos y la materia corporal. Este problema ontológico derivó en dos visiones

madurez, lo que se manifestaba en la forma en la que se distanciaban de un cuerpo que iba envejeciendo, identificándose con un yo interior que se mantenía joven, independiente del cuerpo. Como decía Valcárcel (2012: 68) "todas las ordenaciones simbólicas del mundo se construyen con pares de los que se dice que son tensionales", tensión que se manifiesta en la dicotomía que opone la mente al cuerpo, ligando la mente a lo masculino, lo racional y la cultura y el cuerpo a lo femenino, lo irracional y la naturaleza. Si lo masculino representa el Sujeto, lo femenino se transforma inmediatamente en el Otro, convertido este en puro cuerpo, sirviendo este orden dicotómico para expresar la relación entre los sexos. El sentido social que se le da al cuerpo de las mujeres no es siempre el mismo, aunque este aparezca siempre ligado al orden de la naturaleza. Por ejemplo, las mujeres entrevistadas sentían que sus cuerpos se contemplaban (y se construían) exclusivamente en términos de cuerpo deseado, mientras que pensaban que los cuerpos de sus madres o abuelas se veían más en términos reproductivos.

El cuerpo y la conciencia de la apariencia del cuerpo ha adquirido una importancia extraordinaria en el mundo contemporáneo, pero no hay que olvidar que esta conciencia está atravesada por el género, pues si bien afecta a todos, las mujeres, específicamente, contemplan sus cuerpos "como objetos a los «cuales se ha de mirar»" (Martínez Barreiro, 2004: 136). Las comentarios de las informantes sobre sus cuerpos y la manera en la que encaraban el envejecimiento de estos me ayudó a comprender el modo en el que estas interiorizaban dualismos fuertemente enquistados en nuestra sociedad y las contradicciones y emociones contrapuestas que emergían de estas dicotomías.

Adela, una mujer de 62 años, que reconocía sentirse bastante insatisfecha con su cuerpo, me dijo que ella no se sentía mayor, salvo cuando se miraba al espejo, Sandra, de 55, admitía que:

[...] *me preguntas sobre ello, el envejecimiento y tal, y rápidamente me voy al cuerpo, a lo mejor porque el cuerpo es lo que envejece [...] yo por dentro me siento...bueno, no sé, lo que te quiero decir, yo interiormente, cómo me siento es como que hay un continuo desde que era niña, o sea, que interiormente me siento igual, no me siento más mayor...*

distintas, las perspectivas monistas, que defienden que solo existe una realidad mente-cuerpo y las tesis dualistas que mantienen una distinción entre el campo material y el mental. La complementariedad entre mente y cuerpo aristotélico dio paso a la idea cristiana, defendida por Tomás de Aquino, de que la mente (el alma) da forma al cuerpo y lo individualiza, pero, a la vez, le sobrevive, dualismo, que, desde el laicismo, defendía Descartes, para el que la mente y el cuerpo eran dos sustancias completamente diferentes, lo que llevó a una visión de la mente completamente desencarnada. El pensamiento dualista en Occidente tuvo una influencia decisiva en el establecimiento de una lógica que vinculaba la mente con lo racional y el cuerpo con lo irracional y en el que uno y otro quedaban definitivamente desligados. Lo humano y lo natural se definían en dos órdenes totalmente diferentes definidos en oposición uno del otro, permitiendo que se conceptualizara el cuerpo como el principal obstáculo a la objetividad humana. El cuerpo así, se asimila a la naturaleza y la mente a la cultura, lo que en ningún caso suponen oposición o complementariedad, sino que, de hecho, los términos de esta dicotomía solo aparentemente parecen términos independientes, más bien se refieren "a una jerarquía de realidades sociales y significados culturales entre términos fuertemente interdependientes" (Bock, 1991: 2). Se inauguró así un periodo en el que la separación mente-cuerpo no fue puesta en cuestión hasta el S. XX desde posiciones fenomenológicas y existencialistas. El influjo del dualismo dio lugar a una masculinización del pensamiento occidental, conduciendo, como señala Bordo (1986: 456), a una identificación histórica desde el cartesianismo de la racionalidad y la inteligencia con modelos masculinos de desapego que desembocó en el S.XIX en una glorificación de "una moralidad y una sensibilidad distintamente femeninas", alimentando nuevas dicotomías, como la que opone la naturaleza frente a la cultura o la racionalidad frente a la sensibilidad. Grosz (1994), señala que en el pensamiento dicotómico el cuerpo, como opuesto a la mente, emerge como disruptivo, necesitado de dirección, inmanente respecto a la mente. Esta oposición, continúa Grosz (1994: 3), se hace relevante en "la correlación y asociación entre la oposición mente-cuerpo y la oposición entre masculino-femenino donde masculino y mente y femenino y cuerpo se alinean representacionalmente" (esta cita y la siguientes, en inglés en el original), funcionando así estos dos polos de manera implícita para definir el cuerpo en términos naturalista, ahistorical y, de alguna manera, conectados con la animalidad. El problema del dualismo es que convierte el cuerpo en un autómata, pasivo y reproducido, pero improductivo, modo de pensamiento, que recuerda Grosz (1994: 9), no solo subyace a la filosofía patriarcal, sino también a corrientes feministas que contemplan el patriarcado como el derecho universal masculino de apropiarse del cuerpo de las mujeres considerados estos como "un objeto sobre el que potencialmente tienen lugar las luchas entre «quien lo habita» y los otros/explotadores".

La mayoría de ellas estaba de acuerdo con Sandra y Adela en que llegaba un momento en el que la imagen que les ofrecía el espejo no estaba de acuerdo con la percepción que ellas tenían de su "yo". Blanca, una mujer de 54 años, decía que a partir de los cincuenta años "no me reconocía en mi cuerpo" y aseguraba que para ella el problema del envejecimiento radicaba en que "no me siento mayor en la mente, pero sí en el cuerpo" lo que provocaba que le "estuviera saliendo" un cuerpo "que no lo identificaba conmigo". Otra de ellas, Fina, de 55 años, cuyo trabajo requería una alta cualificación, afirmaba que ella se aceptaba más porque vivía más de su cabeza que de su cuerpo. Esta informante incluso asistía a clases de yoga con la esperanza de que le ayudaran, como ella decía, "a sentirme mi cuerpo".

El primer referente que ofrecía cierta luz sobre cómo era la relación de las informantes con sus cuerpos era la pervivencia en ellas de un pensamiento dicotómico que se materializaba en que muchas de ellas conceptualizaban cuerpo y mente en dos órdenes diferentes, definidos uno en oposición del otro. La dificultad progresiva, a medida que iban envejeciendo, de identificarse con sus cuerpos reforzaba en ellas este pensamiento, que como suele ocurrir con los términos polarizados, convertía en privilegiado a uno de ellos, la mente, mientras que el otro, el cuerpo, aparecía como el subordinado y negativo (Grosz, 1994). Por ejemplo, una de las informantes, Gloria, una mujer de 62 años que empezaba a presentar algunos achaques prematuros, se desmarcaba de su cuerpo, que se iba alterando por el envejecimiento, como si fuera una entidad separada de sí misma:

Sí, tengo un cuerpo, yo no soy un cuerpo, yo soy una cabeza pensante. A mí me gusta más verlo así, o sea, la cabeza no forma parte del cuerpo, vale, el cuerpo forma parte del cuello para abajo [...] porque el cuerpo es cambiante y no puedes hacer nada, porque te cambia con la vejez, se te cae todo, las pierrecitas, las arrugas... tú no puedes manejar el cuerpo.

Incluso cuando Fina, se desamarcó de las otras y me dijo que poco a poco estaba aprendiendo a considerarse una unidad con su cuerpo para ser capaz de aceptarlo, acto seguido reconocía que para lograr esta aceptación, para lograr "sentirse" su cuerpo intentaba llegar a compromisos con este, cuidados a cambio de aplacarlo y volvía al dualismo cuando hablaba de este como si se tratase de alguien ajeno a ella: "Es verdad que el cuerpo habla, se comunica con nosotros..." .

Bordo (2001: 31) señalaba que el dualismo no es un invento de nuestro tiempo, pero sí "hay maneras distintivas en las que *toma cuerpo* en la cultura contemporánea" que ponen de manifiesto la falacia de que vivimos un tiempo de amor al cuerpo y de deshibición. Aunque se glorifique este, continuaba esta autora, "dificilmente tenemos una actitud de aceptación hacia ellos". Las informantes eran conscientes de la dificultad de identificarse con un cuerpo que envejecía en una sociedad que, como decía Fina, "hay mucho culto al cuerpo, pero solo físicamente en lo referente a la belleza... a mí sí que me fastidia que nos hayan puesto a la mujer como objeto que se tiene que cuidar más". El pensamiento occidental contemporáneo describe el "yo" como un agente autónomo y libre de tomar sus propias decisiones racionales, minimizando el impacto de fuerzas exteriores, relaciones interpersonales y contextos diversos (Anderson; y otros, 2020), pero esta idea del "yo", aunque aparentemente neutra, no tiene en cuenta que las mujeres no siempre se pueden permitir el lujo de ignorar discursos sociales sobre sus cuerpos y que, por lo tanto, se vean forzadas a intentar adecuar estos a los cuerpos normativos. Sin embargo, los intentos de adaptación a partir de ciertas edades se convertían para las informantes en una tarea imposible, "cómo te marca que tengas que estar guapa", se lamentaba Marisol de 64 años, que había pedido consejo a su dermatóloga para operarse las arrugas "y que me pongan ahí lo que sea". Marisol relataba que la doctora le había desanimado, advirtiéndole de que ni se le ocurriría, porque "como empieces te lo tienes que estar poniendo continuamente". Esta informante añadía que estaba intentando que el físico no la condicionara, que ella tenía una muy mala relación su cuerpo, añadiendo que las cosas las tenía muy claras "en cuanto a la liberación de la mujer, del feminismo y de tal", pero que, a la hora de la verdad "no hay feminismo que valga".

Visto que muchas de las informantes se distanciaban de sus cuerpos como de algo ajeno, el control de estos era uno de los temas que más salía a la luz a la hora de valorar los cambios físicos que se producían con el envejecimiento. Este no poder “manejar el cuerpo” que provocaba las quejas de Gloria, estaba relacionado con la percepción que muchas de las informantes compartían, de que sus cuerpos se “descontrolaban”. Para algunas de ellas esta falta de control comenzaba con los procesos fisiológicos femeninos, como por ejemplo, los embarazos, pero, definitivamente cuando iban envejeciendo. De esta manera, la identificación con el cuerpo, se hacía difícil, sobre todo, cuando sus cuerpos se iban alejando más y más del modelo de cuerpo normativo.

Así, en las interacciones que tenía con ellas, podía apreciar cómo tenían interiorizada una lógica que vinculaba la mente con un continuo que las representaba y que se actualizaba permanentemente, mientras que veían el cuerpo como un obstáculo, o en el mejor de los casos, un medio para conseguir algo, pero casi siempre un ente fuera de control. El cuerpo aparecía entonces para muchas de ellas como un elemento, ajeno, que se “desmandaba” con las funciones fisiológicas femeninas y acababa volviéndose hostil, como era el caso de Clara, una mujer de 57 años, que se lamentaba de la “rebelión” definitiva de un cuerpo con el que ya no se sentía identificada:

Yo la primera vez que perdí el control de mi cuerpo fue en los embarazos, porque yo pensaba que el embarazo... tú lo controlabas... y no, el embarazo te controla a ti [...] el cuerpo es como un andamiaje ¿no? Y entonces el andamiaje, resiste, resiste, resiste, creo que resiste muchísimo más, que, por ejemplo, les pasó a nuestras madres, nos conservamos, por lo menos, a mí, muy jóvenes muchísimo tiempo y, de pronto, el cuerpo dice, que te den, bonita...

Liliana, de 50 años, no tenía hijos, y al haber sido bailarina profesional, siempre había considerado su cuerpo como una herramienta de trabajo. Ahora pensaba que sabía más de su cuerpo que nunca, pero le irritaba el hecho de controlarlo menos y continuaba:

Yo toda la vida [...] me he sentido que controlo mi cuerpo y ahora es mi cuerpo el que hace cosas raras... y estoy diciendo, bueno, voy a aprender de él [...] el cuerpo pues ... eso es lo que más me molesta, que no me siento en mi cuerpo, que no lo habito [...]

Las lógicas que subyacen a la obsesión contemporánea por el cuerpo tienen bastante que ver con las asociaciones morales que se establecen entre la buena forma física y el control del cuerpo. Si el cuerpo se desmanda y hay que domeñarlo ¿cómo identificarse con él? Desde mi punto de vista, para estas informantes, la identificación con el propio cuerpo se iba haciendo más difícil a medida que se hacían mayores y entraba en conflicto con ideas aprendidas sobre la femineidad, lo que requería un proceso de aceptación que no siempre resultaba fácil. Muchas de las informantes relataban que identificarse plenamente con su cuerpo había sido difícil a lo largo de toda su vida. Así, cuando hablaba con ellas, muchas me decían que nunca habían estado satisfechas con sus cuerpos, ni siquiera de jóvenes, que no estaban contentas con su peso o con otros aspectos de su físico, “no me gustaban mis rodillas, que las tengo muy anchas, y mis piernas muy gordas,” decía Marisol, que admitía que por ese motivo toda su vida había llevado pantalones largos. La difícil identificación con el propio cuerpo que percibían muchas de estas mujeres se volvía, a juicio de ellas, más complicada con la edad. Parecía haber una relación compleja entre muchas de las informantes y sus cuerpos, muchas veces llena de contradicciones, lo que se manifestaba en falta de identificación con ellos y por tanto, en una mayor identificación con su mente o con su yo interior, como era el caso de Gloria, que en una misma entrevista me mostraba nuevos trajes o maillajes que había comprado, enseñándome fotos en las que se veía especialmente favorecida para, pocos minutos después, afirmar que ella solo se sentía representada por su cabeza y no por el cuerpo “que te ha tocado”:

Entonces yo, no he estado contenta casi nunca con mi cuerpo, en ese sentido. Cuando ya he ido siendo más mayor pues he aprendido que el cuerpo no es ni más ni menos que un adorno que te ponen ahí, que lo que importa es la cabeza y que oye, que tienes que aprender que el cuerpo que te ha tocado es el que tienes y ya está.

Estas contradicciones tenían su base en la percepción que tenían de que, socialmente, como mujeres, se las identificaba con sus cuerpos, pero no con los suyos reales, sino con unos modelos que ya de jóvenes habían sido difíciles de emular, pero que con los años se volvían un ideal inalcanzable. Como decía Alicia, una mujer de 69 años divorciada y de alto nivel económico, con ciertas esperanzas de volver a encontrar pareja, “desgraciadamente, aunque seas muy inteligente [...] la carta de presentación es primero el físico”. En este sentido tengo que decir que no detecté muchas diferencias en cuanto a nivel socioeconómico o sociocultural en las manifestaciones de mis informantes a este respecto, aunque naturalmente, lo expresaran en formas distintas. Bordo (1995) recordaba que las prácticas de cuidado del cuerpo, en otro tiempo reservadas a clases más elevadas, ha ido extendiendo su ascendencia entre todas las mujeres y esta preocupación por el físico, puede, como afirma esta autora (Bordo, 1995: 186), “funcionar como uno de los más poderosos mecanismos de normalización [...] asegurando la producción de «cuerpos dóciles» que se autocontrolan y se autodisciplinan”. Así, al igual que Alicia, Rosario, a sus 57 años y desempleada, se exasperaba de que su experiencia y su “mente, bien para el desarrollo de un trabajo” no le sirviera de nada y se preguntaba si debía ponerse “una capucha”, aunque también, después de irritarse, se entristecía pensando que tenía que sacarse “un poquito de más partido” porque, aunque no fuera fácil, “tienes que verte guapa”.

Esteban (2013: 46) argumentaba que “el cuerpo que somos está efectivamente regulado, controlado, normativizado, condicionado por un sistema de género diferenciador y discriminador para las mujeres, por unas instituciones concretas a gran escala (publicidad, moda, medios de comunicación, deporte, medicina...)”. Con la edad, la presión de ajustarse a los estándares se volvía imposible para mujeres como Amparo, que se debatía entre la necesidad de control, la falta de aceptación y, a la vez, la tensión por ajustarse. En esta necesidad de control y falta de aceptación parecía verse un rechazo a la identidad sexual construida exclusivamente a partir del cuerpo, de ahí que tanto Amparo como otras de las informantes experimentaran una sensación de disociación con el cuerpo cuando este comenzaba a decaer. Y es que, como dice Posada (2015), el sujeto varón aprende desde niño a considerar el cuerpo como un elemento casi contingente de sí mismo y a trascenderlo, mientras que a las mujeres se les enseña a ser cuerpo, pero cuerpo joven y bello.

Me parece interesante traer la reflexión de una de las informantes sobre la naturaleza contemporánea del dualismo mente-cuerpo. Esta mujer acertadamente reconocía que el cuerpo como instrumento de control social era, como ella la llamaba, la máscara. Así, los medios y la publicidad incitan a la autoobservación del cuerpo, sí, pero no para cuidarlo, sino para examinarse buscando deficiencias que corregir (Murillo, 2002). El cuerpo así se aliena del yo sentido, como reflexionaba Sandra:

Es verdad, es verdad, todo es en relación al cuerpo y ahí dale que te pego...es cierto, pero cierto, pero, además, es eso, volver al cuerpo, pero en el sentido más utilitaria-rista del cuerpo, solo como una fachada, no es realmente el cuerpo de cuidar tu cuerpo, o sea, no sé, si cuidaras tu cuerpo, cuidarías lo que comes, tus horas de sueño, no sé, tenerlo limpio y aseado, no sé, ¿hacer una apariencia es cuidar el cuerpo?... no. Es cuidar la máscara.

Aun cuando, recientemente, algunos medios y la publicidad más astuta instan a las mujeres a amar sus cuerpos bajo el mantra pretendidamente feminista de que “todos los cuerpos son belllos”, el énfasis social en centrarse exclusivamente en la apariencia de sus cuerpos ahogaba en las informantes cualquier pretensión de contemplarse como una unidad mente-materia. Los prejuicios sociales, transmitidos a través de imágenes culturales y estereotipos fuertemente arraigados

se interiorizan para estructurar percepciones y actitudes de las que, a veces, no se es del todo consciente (Meyers, 1994), así, la gente no solo se ve predisposta en contra de quien socialmente se considera Otro diferente, sino que formando parte de un colectivo considerado Otro, también llega a interiorizar esos prejuicios en su contra. La interiorización de los prejuicios relativos a la dicotomía mente-cuerpo, la identificación de lo femenino con el cuerpo y la veneración contemporánea por un modelo único de cuerpo llevaba a las informantes sujetos de esta investigación a un conflicto imposible por deslindarse del cuerpo como locus del yo y, a la vez, intentar adaptar sus cuerpos a modelos socialmente aceptados.

Sentimientos Compartidos. La Construcción Social de la Percepción del Propio Cuerpo

Los sentimientos que expresaban las informantes en relación a sus cuerpos eran muy variados, incluso una misma informante, dependiendo de lo que estaba relatando, mostraba distintas emociones que pasaban por la tristeza, la rabia, el desapego o el asombro. Estos sentimientos no eran emociones individuales, sino que reflejaban el contexto social en el que vivían y, a la vez, definían sus relaciones con el entorno que les rodeaba (Le Breton, 2012). Muchas de ellas relataban cómo sus madres o abuelas tenían una relación diferente con sus cuerpos a las que tenían ellas, por ejemplo, las que vivían y trabajaban en un entorno rural. La abuela de Adela había sido comadrona de pueblo y casi desde que se casó iba de negro y con pañuelo en la cabeza, y como decía ella, ni a su abuela ni a nadie le importaba el aspecto del cuerpo de esta, sino que trajera niños sanos al mundo. Adela, sin embargo, pensaba que, como “ahora te exigen más”, lo que ocurría es que “un día vas andando y, de pronto, te miras en el espejo y...muy mal...muy mal”. De todas maneras, ella decía que había aprendido a aceptarse, porque se había dado cuenta de que la verdadera “ella” era la de dentro y no la de fuera. Una mujer que acudía con Adela a clases de gimnasia, Ada, de 69 años al inicio de esta investigación, admitió que al cumplir 60 sufrió una grave depresión que vivió con mucho sufrimiento porque no se veía en su cuerpo, ya no era capaz de reconocerse en él y se sometió a varias operaciones de cirugía plástica, como ella decía, para “quedarme igual, igual a como soy”, es decir con la imagen de un cuerpo que ya no existía, pero que era el único con el que ella podía identificarse. Esta falta de identificación con el cuerpo producía en las informantes sentimientos diversos, en algunos casos de tristeza, como es el caso de Sandra, que reconocía que “al levantarme me miro al espejo y ahora es una novedad que no pasaba antes y ...más que irritarme me da como pena”. Berta, de 54 años asentía: “yo no me siento mayor, me siento joven en mi mente” y añadía: “hay veces que me olvido de mi físico y de mi cara y tal, porque es un sistema de defensa, si no me veo y no me miro, pues no me...”.

Curiosamente, cuando algunas de las informantes, las más concienciadas y combativas contra los estereotipos corporales femeninos, reflexionaban sobre este tema, se veían más capaces de encontrar belleza en los cuerpos ajenos, pero no en el propio. Liliana reivindicaba que cada cuerpo fuese como tenía que ser, ya fuera gordo, alto, delgado o flaco, pero sentía que era incapaz de aceptar el suyo y se enfadaba consigo misma: “En las demás personas me parecen bellos todos los cuerpos como son, pero en mí, es lo que me da rabia, me está molestando...”.

Los sentimientos que mostraban las informantes frente a sus cuerpos que cambiaban, la tristeza, la sorpresa o la rabia no eran meramente emociones individuales sino que formaban parte de un catálogo de conocimientos afectivos contextualmente construidos y que ellas habían aprendido e interiorizado. Como señalaba Lock (1993: 139) la gente “aprende a conectar etiquetas culturalmente construidas con sentimientos subjetivos”, lo que implica que bajo circunstancias sociales diferentes los sujetos interpretan estas situaciones de manera también diferente. Las informantes interpretaban su envejecimiento y las consecuencias sociales de este en sus cuerpos de una manera distinta a como lo habían hecho sus madres o sus abuelas y las emociones que desplegaban eran, por consiguiente, también diferentes. Ellas mismas reconocían que la forma de ver sus cuerpos, y los sentimientos que provocaban en ellas los cambios que en estos causaba el envejecimiento no eran los que habían experimentado las mujeres de sus familias décadas atrás. Mercedes, de 60 años, recordaba a su propia madre a esa edad y afirmaba que era una mujer ya mayor, que no se preocupaba de su cuerpo, mientras que ella afirmaba no poder salir a la calle sin arreglarse, aunque no se veía representada por su físico porque, decía, “yo no me veo, no me siento

mayor [...] pero yo me miro en el espejo y me digo, soy mayor, pero no me siento mayor, pues te miras menos en el espejo". Pepa, de 65 años, decía, "mi madre se daba Nivea y gracias si se daba, y vestirse pues eso, de luto" y estaba convencida de que, en lo relativo a la aceptación del propio cuerpo, "ahora sufren más las mujeres. Yo creo que antes no sufrían tanto, porque a ver, si nunca lo han tenido...ahora yo creo que es demasiado ese ser joven, o sea eso, en la belleza, en los años que tienes...en todo".

Conclusiones

Según se desprende de esta investigación, las informantes tenían interiorizado un discurso cultural dualista que, sobre los cuerpos, sobre todo los de las mujeres, prima en nuestra sociedad occidental contemporánea. Esta narrativa conceptualiza el cuerpo como inferior a la mente y sujeto a esta. Si bien es cierto que las informantes tenían asumida la identificación social que adscribe lo femenino al cuerpo, eran a la vez perfectamente conscientes de qué clase de cuerpo es el único aceptado socialmente, por lo que, en ocasiones, sentían que "tenían" un cuerpo, pero que este era de alguna manera ajeno a ellas. Este sentimiento de alienación del cuerpo, se iba acrecentando a medida que cumplían años y encontraban más difícil adecuar sus cuerpos a los estándares socioculturales actuales. A través de las entrevistas y la observación participante he pretendido ilustrar los conflictos que se planteaban a estas mujeres, que expresaban emociones ambivalentes sobre la relación con sus cuerpos. Por una parte, intentaban, en mayor o menor grado, ajustar sus cuerpos a la norma social y a la vez se distanciaban de ellos, identificándose con un yo interno, que percibían, en cierta forma, como separado de unos cuerpos que no sentían que las representaran. Las distintas emociones que suscitaban en las informantes la no identificación con sus propios cuerpos, ya fuera tristeza, desapego, rechazo o rabia, no eran, como quizás pudiera pensarse emociones individuales, sino que se insertaban en el bagaje histórico y cultural del grupo social al que pertenecían.

Bibliografía

- ANDERSON, Ellen; WILLET, Cynthia; MEYERS, Diana (2020). "Feminist Perspectives on the Self", en Edward N. Zalta (Edit.) *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, edición primavera 2020. <https://plato.stanford.edu/archives/spr2020/entries/feminism-self/> (19-07-2020)
- ARBER, Sara; GINN, Jinn (1996). "Mera conexión", en Arber, S.; Ginn, J. (Comps.). *Relación entre Género y Envejecimiento: enfoque sociológico*: 17-34. Madrid: Narcea Ediciones.
- BOCK, Gisela (1999). "Challenging Dichotomies. Perspectives on Women's History", en Offen, K.; Pierson, R. R.; Rendall, J. (Edits.). *Writing Women's History*: 1-23. Londres: Palgrave Macmillan.
- BORDO, Susan (1986). "The Cartesian Masculinization of Thought", en *Signs*, 11. <http://www.jstor.org/stable/3174004> (19-07-2020).
- BORDO, Susan (1995). *Unbereable Weight*. Berkerley, Los Ángeles, Londres: University of California Press.
- BORDO, Susan (2001). "El Feminismo, la Cultura Occidental y el Cuerpo", en *Revista de Estudios de Género*, 14.
- CRUCES, Francisco (2003). "Etnografías sin Final Feliz. Sobre las Posibilidades del Trabajo de Campo Urbano en Contextos Globalizados", en *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 58, 2. <http://dx.doi.org/10.3989/rdtp.2003.v58.i2.154> (07-09-2020).
- ESTEBAN, M. Luz (2013). *Antropología del Cuerpo. Género, Itinerarios Corporales, Identidad y Cambio*. Barcelona: Bellaterra.
- GREGORIO, Carmen (2006). "Contribuciones Feministas a Problemas Epistemológicos de la Disciplina Antropológica", en *Revista de Antropología Iberoamericana*, 1, 1. <http://www.aibr.org/antropologia/01v01/articulos/010102.pdf> (03-08-2020).
- GROSZ, Elizabeth (1994). *Volatile Bodies*. Bloomington : Indiana University Press.
- GUBER, Rosana (2001). *La Etnografía: Método, Campo y Reflexividad*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- HOLSTEIN, Martha; GULOBOV, Nattie (2010). "Sobre cómo Envejecemos las Mujeres", en *Debate Feminista*, 42. <http://www.jstor.org/stable/42625164> (06-08-2020).
- LE BRETON, David (2012). "Por una Antropología de las Emociones", en *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Soledad*, 10. <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/article/viewFile/208/145> (27-07-2020).

- LOCK, Margaret (1993). "Cultivating the Body: Anthropology and Epistemologies of Bodily Practice and Knowledge", en *Annual Review of Anthropology*, 22, https://www.jstor.org/stable/2155843?seq=1#metadata_info_tab_contents (03-08-2020).
- MARTÍNEZ BARREIRO, Ana (2004). "La Construcción Social del Cuerpo en las Sociedades Contemporáneas", en *Papers*, 73. <https://ddd.uab.cat/pub/papers/02102862n73/02102862n73p127.pdf> (27-07-2020).
- MASCIA-LEES, Frances E. (2016). "The Body and Embodiment in the History of Feminist Anthropology: An Idiosyncratic Excursion through Binaries", en Lewin, E. ; Silverstein, L. (Edits.). *Mapping Feminist Anthropology in the Twenty-First Century*: 146-167. New Brunswick, Nueva Jersey y Londres: Rutgers University Press.
- MÉNDEZ, Lourdes (2008). *Antropología Feminista*. Madrid: Síntesis.
- MEYERS, Diana T. (1994). *Subjection and Subjectivity*. Nueva York, Londres: Routledge.
- MOORE, Henrietta (2009). *Antropología y Feminismo*. Madrid: Cátedra.
- MURILLO, Soledad (2002). "La Mirada Vampira sobre el Cuerpo de las Mujeres", en *Mujeres y Salud*, 8 https://matriz.net/mys-08/articulos/art_08_01.html (07-09-2020)
- POSADA, Luisa (2015). "Las Mujeres sin Cuerpo: Reflexiones Feministas, en *Investigaciones Feministas*, 6. http://dx.doi.org/10.5209/rev_INFE.2015.v6.51382 (09-07-2020).
- RICHARD, Analiese; RUDNYZKYJ, Daromir (2009). "Economics of Affect" , en *Journal of the Royal Anthropological Institute (N.S.)*, 15, 1. <https://rai.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-9655.2008.01530.x> (23-07-2020).
- SAKSON-OBADA Olga; WYCISK, Jowita (2015). "The Body Self and the Frequency, Intensity and Acceptance of Menopausal Symptoms " , en *Prz Menopauzalny*, 14, 2. <https://doi.org/10.5114/pm.2015.52150> (21-07-2020).
- SPIVAK, Gayatri Chakravorty (1998). "¿Puede Hablar el Sujeto Subalterno? ", en *Orbis Tertius*, 3, 6. http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.2732/pr.2732.pdf (25-07-2020).
- VALCÁRCEL, Amelia (1994). *Sexo y Filosofía. Sobre "Mujer" y "Poder"*. Barcelona: Anthropos.
- VALCÁRCEL, Amelia (2012). *La Política de las Mujeres*. Madrid: Cátedra.