

Extranjerías del Cuerpo

Natacha Sixto (*)

La pandemia del covid-19 nos afecta a todos, la guerra contra el “enemigo invisible” despierta innumerables fantasías en el imaginario colectivo y ha trastocado la vida cotidiana.

Dice Sontag (2012) “a todos al nacer se nos otorga una doble ciudadanía, la del reino de los sanos y la del reino de los enfermos. Y aunque preferimos usar el pasaporte bueno, tarde o temprano cada uno de nosotros se ve obligado a identificarse, al menos por un tiempo, como ciudadano de aquel otro lugar” (p.12).

En estos días, aunque sea por mera sospecha, todos nos hemos vuelto ciudadanos de “aquel otro lugar”, extranjeros en nuestra propia tierra. Ya no hay “pasaportes buenos”, los países han cerrado sus fronteras y han restringido la circulación de la población, en los espacios públicos los cuerpos son examinados, mirados con desconfianza y hasta temor. Para mitigar los efectos del virus, para el cual todavía no hay tratamiento antiviral efectivo ni vacunas, se combate la amenaza con la evitación del contacto (aislamiento, distanciamiento social) y la exclusión (del extranjero devenido en “nexo epidemiológico”, grupo de riesgo).

En su ensayo, Sontag (2012) hace un recorrido por las metáforas utilizadas para hablar de enfermedades como el cáncer, la tuberculosis y el sida, y sus tratamientos. La irrupción de una enfermedad que amenaza la vida, y para la cual no existe un tratamiento eficaz, despierta temores y fantasías que se ponen en evidencia en el modo en que nos referimos a ella. La narrativa que hacemos de la enfermedad muestra el impacto que esta nos causa, los estilos de afrontamiento y los mecanismos defensivos que se activan.

¿Qué se dice del covid-19?

“Estamos ante un enemigo invisible”, un invasor minúsculo que escapa al ojo humano y “viaja en avión”. En una época marcada por la imagen, la hipervisibilidad y la hipervigilancia, dónde todo queda registrado en alguna cámara, las telecomunicaciones, el mundo interconectado, la globalización, el borrado de las distancias, el virus cuestiona el estilo de vida actual, “se

mueve si nos movemos” lo que convierte un desplazamiento en un acto criminal y nos pone de cara con la muerte como un real posible. “El virus no nos viene a buscar, nosotros salimos a buscar el virus”, la enfermedad como producto de una transgresión personal y un castigo.

Este modo de referirnos al virus esquematiza el pensamiento y produce conductas. Si hay una guerra, hay un enemigo a combatir, pero como el enemigo es invisible va tomando distintas formas: el murciélago, los chinos, el extranjero, el viajero, el familiar del viajero, el médico, el enfermero, el que tose en el supermercado, el propio cuerpo. Puede esconderse en cualquier lado y su velocidad de propagación es directamente proporcional a la instalación del miedo.

Cuando el miedo como señal ante una amenaza no evoluciona a formas más adaptativas de afrontamiento¹, es decir, cuando la vivencia subjetiva es que no tenemos las armas suficientes o necesarias para enfrentar al enemigo, el miedo se transforma en pánico. Al entrar en pánico el pensamiento racional se anula y la lucha por la supervivencia conduce al individualismo, “sálvese quién pueda”. En la medida que el virus deja de ser una abstracción lejana y se va materializando en nuestra sociedad, algunas reacciones irracionales, tanto a nivel individual como colectivamente, se intensifican. El escrache y la estigmatización del otro, la exclusión (nos indignamos en estos días con los carteles en los edificios instando a personal sanitario a abandonar sus viviendas), el control policial del otro recae sobre cada uno de los individuos y su sola presencia en el espacio público es un acto terrorista, criminalizamos conductas cotidianas cómo asomarse a la vereda a tomar un poco de aire o circular libremente por el edificio en el que se vive.

El miedo tiene su raíz en la incertidumbre, en la pérdida de certezas. El mundo entero está bajo amenaza, en ningún lugar se está a salvo, “el virus está en el aire”. Cuando estaba en las superficies se podía burlar con guantes, matarlo

¹ Al hablar de Afrontamiento remitimos al modelo desarrollado por Lazarus y Folkman (1984) sobre el estrés y modos de afrontamiento. Este modelo se centra en la interacción del sujeto con su medio. La valoración del sufrimiento como resultado del desequilibrio entre los recursos del sujeto, tanto objetivos como percibidos, y las demandas, igualmente percibidas y objetivas, de su entorno. Y la percepción de los esfuerzos de ajuste tanto en la modificación de las condiciones del medio como de su evaluación de sí mismo y su vivencia de la realidad

con alcohol en gel y lavandina, evitar entrar en contacto, se podía no tocar, no abrazar, no besar, higienizar las manos, los espacios, volvernó asépticos hasta en las relaciones, separar los cuerpos, distanciamos. Pero ahora también “queda suspendido en el aire”, cómo está suspendido el tiempo y nuestra vida cotidiana. ¿Se puede tomar distancia del aire? ¿Se puede suspender la respiración?

La muerte, disociada de la vida aparece agazapada, al acecho, el virus ataca nuestra capacidad de respirar y no hay medicina que pueda combatirlo. En el siglo caracterizado por el avance tecnológico y científico, las imágenes médicas (tomografías, ecografías, resonancias) que permiten el diagnóstico temprano, la prevención y tratamientos cada vez menos invasivos y mutilantes de enfermedades que hasta hace no mucho tiempo atrás eran incompatibles con la vida, una realidad se impone, no se ha encontrado un remedio eficaz que nos salve de morir.

Si nada nos salva de la muerte que al menos el amor nos salve de la vida, escribe el poeta Pablo Neruda.

Ante tanto horror, el amor nos salva, nos inviste y ampara ante el desmantelamiento subjetivo y el dolor emocional que esta situación provoca. Nos permite rehacernos, salir de la conmoción, dejar de pensarnos en una guerra interminable. Aceptarnos en nuestra vulnerabilidad y, desde la aceptación, reaprender el mundo, flexibilizar nuestras defensas y adaptar la vida a estos nuevos escenarios. La ternura como afecto humano nos permite la empatía, apoyarnos los unos a los otros, cuidarnos recíprocamente, ya no sólo del contagio del virus, cuidarnos y apoyarnos emocional y afectivamente. El amor es una brújula para orientar nuestras acciones y no caer en la desesperación, la ruptura del lazo social, la crueldad.

Trastocar lo Cotidiano

La irrupción del covid-19 y las medidas de cuidado establecidas en todo el mundo, introducen un cambio global en nuestra vida cotidiana y en los modos de vincularnos con los otros, al mismo tiempo que se va configurando un nuevo entorno con otras sensorialidades. En un artículo recientemente publicado

Kohan² (2020) utiliza la expresión “estamos amputados de ciudad” para dar cuenta de esta relación inseparable de afectación mutua entre cuerpo y el espacio.

En palabras de Le Bretón (2012), “el hombre habita corporalmente el espacio y el tiempo de la vida”. (p.100) Dicho autor sostiene que a través de las acciones diarias del hombre el cuerpo se vuelve invisible, ritualmente borrado por la repetición incansable de las mismas situaciones y la familiaridad de las percepciones sensoriales. Con la pandemia el ojo vuelve a posarse sobre el propio cuerpo y el cuerpo de los otros. Cuestiona los hábitos de vida y cómo habitamos la vida.

El virus y aislamiento ocurren en el cuerpo y trastoca la vida. Cuerpo que como constituyente de la experiencia humana, es afectado permanentemente por el entorno y la relación con los otros, no solo en su cualidad de organismo, perceptible y objetivable, sino el cuerpo tal y como es vivido, ubicado en un tiempo y espacio determinado.

El tiempo se ha detenido, las fábricas y los negocios han cerrado, pasamos de la vivencia del tiempo acelerado a su contracara, la parálisis, el tiempo del ocio al que tanto teme la sociedad del rendimiento. Ocio obligado que no necesariamente lleva a la pausa contemplativa, a la reflexión sobre el sentido de la existencia. La cuarentena nos desorienta, la falta de referencias temporales (por la pérdida de la rutina, por la prolongación indefinida de la medida de aislamiento) produce angustia. La cuarentena reemplaza los ritmos normales de la vida y demanda una atención inusual a cuestiones que habitualmente se dan por sentadas, como la salud y la continuidad de la vida, la propia y la de nuestros afectos más cercanos.

La casa y sus habitantes han cambiado, aquel lugar refugio al que se regresaba se volvió lugar de confinamiento. Ya no se abre para recibir visitas, dejó de hospedar. Cambiaron los modos de habitarla, se activa un protocolo de

² Martín Kohan, escritor argentino, sigue los postulados de Walter Benjamín al afirma que el surgimiento de la ciudad moderna produjo un cuerpo nuevo “hecho de ciudad”, en el artículo reflexiona sobre los cambios forjados por la cuarentena y expresa que la “falta de ciudad” transforma no sólo el cuerpo sino también los espacios “Estamos en casa y el cuerpo se transforma [...] Estamos en casa, metidos adentro. Pero también la casa ha cambiado”. Véase <https://bit.ly/2YjCFil>

seguridad cada vez que alguien sale o entra, se volvió escuela y oficina, los ambientes se perciben distintos, se pueden tornar demasiado grandes, por la ausencia de reuniones; o demasiado pequeños, al no poder sustraernos ni un momento de la presencia de los otros convivientes.

También cambiaron los olores de la vida cotidiana, todo huele más a desinfectante, incluso nuestros cuerpos. Con el silencio de la ciudad, el oído se agudiza y nuevos sonidos aparecen en escena, el crujir de las maderas y las cañerías, los pájaros, las voces de los vecinos, la música en los balcones. En algunos casos estos sonidos pulsan el ritmo de la vida y nos tienden puentes con el afuera, por ejemplo a las 21:00, cuando escuchamos los primeros aplausos al personal de salud, en ese momento adentro y afuera se funden, se borran por un momento las fronteras, se crea un espacio transicional que nos permite salir del aislamiento para encontrarnos con los otros en el aplauso que nos toca y conmueve, en los juegos improvisados entre vecinos que nos abren canales de comunicación de balcón a balcón. Por un momento, recuperamos nuestro pasaporte bueno, el lazo con la comunidad se reestablece y estos intercambios funcionan como envolturas protectoras ante el horror que provoca la posibilidad de contagio, la cercanía de la muerte.

Hablar de cuerpo implica remitir a la construcción de la subjetividad. La razón y la emoción se articulan en el cuerpo y se organizan a partir de la mirada significativa del otro, que produce gestos, palabras, actitudes, que trasciende al organismo que le da sostén. El cuerpo es, entonces, mediación, vehículo de comunicación y fundamento de la experiencia.

Somos porosos ante el virus, nos invade por la piel, la nariz, la boca, los ojos. Nos ataca en nuestro cuerpo como organismos, pero también como seres pulsionales, en nuestras zonas erógenas, zonas de intercambio, de relación y comunicación con el otro. Los intercambios se limitan y se mediatizan con guantes, barbijos, antiparras, pantallas. Se instalan barreras de contacto allí donde la presencia del otro nos conmueve.

Estos cambios no son sin efectos, si bien no sabemos aún de sus consecuencias a largo plazo, sobre todo si el aislamiento se prolonga y estas conductas se vuelven costumbre. Pero sí, desde la clínica, ya podemos dar

cuenta de cómo esta ruptura abrupta de lo cotidiano se manifiesta en cambios en la alimentación, dificultades para conciliar el sueño o hipersomnia, tensiones musculares, dificultades para sostener la atención y la concentración, desinterés, falta de motivación, cefaleas, alteraciones psicósomáticas, irritabilidad, ansiedad, fobias de contacto, hipocondría, son algunas formas en que el desconcierto y la angustia se expresan.

Lo Intocable

La cuarentena nos priva de muchas de las referencias sensoriales que constituyen nuestra existencia. Una de ellas es el contacto, el alejamiento de los cuerpos, la imposibilidad de abrazarnos unos a otros o tocar nuestro propio rostro, las reuniones familiares y con amigos, sus presencias.

En la sabiduría popular se llama estar “a flor de piel” a ese estado de sensibilidad extrema o emoción desbordada que da cuenta de que la piel es superficie y profundidad al mismo tiempo. Representa la interioridad y exterioridad del sujeto, y es por esto por lo que al tocar la piel se lo toca en su ser.

El tocar es una forma de palabra cuando estas faltan o son insuficientes por el dolor o la intensidad de la emoción. Para Le Breton (2003), el sentido táctil cumple una función antropológica fundamental de continente, de restauración de sí mismo en situación de sufrimiento o de carencia de ser. Ser tocado es una verdadera necesidad para quién sufre, ya que el tacto permite la conciencia de unidad corporal. La piel en su función continente neutraliza el dolor de ser despellejado por el malestar físico, y sobre todo, por el sufrimiento que pesa sobre su existencia (p.201).

El contacto físico apacigua. La sola cualidad de la presencia de otro dispuesto a acompañar empáticamente, detiene el derrumbe del sí mismo del sufriente, y le permite anudar nuevamente las referencias esenciales para un consuelo que restaura la confianza necesaria para enfrentar la adversidad.

Los mecanismos de contagio del covid-19 cuestionan nuestros modos más primarios de vinculación con los otros y nos obligan a desarrollar otros modos

de acompañarnos y contenernos en una situación para la que no existen las palabras.

Duelos Imposibles

Sin duda las imágenes que más conmueven y asustan estos días son los cadáveres apilados, las fosas comunes, las caravanas de camiones transportando los cuerpos en Bérgamo, la previsión de compras de cientos de miles de bolsas morgueras en Nueva York. El conteo incesante de números de muertos en las noticias, número que se incrementa y actualiza “minuto a minuto”. Números, sin historias ni rostros, números descarnados, deshumanizados y deshumanizantes.

El cuerpo no es mera apariencia ni soporte físico sino que es una de las instancias determinantes de la identidad de un hombre, tanto en vida como tras la muerte, “el hombre no es un espíritu y un cuerpo, sino un espíritu *con* un cuerpo, y que solo accede a la verdad de las cosas porque su cuerpo está plantado en ellas”. (Ponty, 2003, p.24). El tratamiento del cuerpo del ser querido en el ritual funerario tiene estrecha relación con esta idea de unión de cuerpo y espíritu, en ella se asientan creencias religiosas y espirituales en relación al destino de las almas y la vida eterna.

Hay quienes ven en los primeros ritos funerarios del hombre Neandertal la primera aparición de la reflexión humana.

El hombre ya no podía arrojar el cuerpo de alguien a quién había amado, sino que era necesario hacer otra cosa.

El hombre Neandertal percibía sin ninguna duda que el ser amado se había convertido en un cadáver, pero no podía decidirse a abandonarlo en el suelo (...) Como no podía seguir viviendo con él ni decidirse arrojarlo lejos, de pronto se le ocurrió un procedimiento para adaptarse a esas dos presiones contrapuestas: amortajó el cuerpo e hizo una teatralización de la muerte. (Cyrulnik, 2003, 259).

Podemos encontrar en los clásicos de la literatura narrativas que nos ayuden a comprender la actualidad. En la *Iliada*, por ejemplo, Homero, expresa en forma inigualable lo absurdo y caprichoso de la existencia, el sufrimiento de los pueblos sometidos a hambrunas y pestes; pero también testimonia que incluso en el más terrible de los escenarios y ante la brutalidad de la muerte, es

necesario un tiempo para la honra y reconocimiento a la vida del adversario. Describe con detalle los ritos funerarios y tratamientos brindados a los cuerpos, por su carácter fundamental, luego de sufrir la pérdida de un miembro aqueo o troyano, pues si estos no se realizaban, las almas de los hombres no podían atravesar el Río Leteo, el río del olvido, ni ingresar al palacio de Hades, el espacio de los muertos.

Aquiles enceguecido de dolor por la muerte de Patroclo jura venganza y mata a Héctor

Aquiles horada los tobillos del cadáver, lo ata a su carro con correas de cuero y lo arrastra alrededor de la ciudad, bajo la mirada de los troyanos. Después el cuerpo queda expuesto en el campamento griego, sin protección, abandonado a los perros y a las aves, e incluso los dioses se apiadan de él. (Grimal 2004, p.226)

El tratamiento del cadáver como desecho horroriza hasta al propio Zeus y quita a los deudos la posibilidad de mitigar el dolor mediante el uso de símbolos.

Zeus envía a Iris al encuentro de Aquiles con orden de devolver a Príamo el cadáver de Héctor. Príamo, por su parte, se presenta en embajada al héroe y suplica le devuelva el cadáver de su hijo. Conmovido por la valentía de Príamo, Aquiles, acepta la petición y acuerdan una tregua para brindar a Héctor los honores merecidos:

— Si quieres que yo pueda celebrar los funerales del divino Héctor, obrando como voy a decirte, oh Aquileo, me dejarías complacido. Ya sabes que vivimos encerrados en la ciudad; la leña hay que traerla de lejos, del monte; y los troyanos tienen mucho miedo. Durante nueve días le lloraremos en el palacio, en el décimo le sepultaremos y el pueblo celebrará el banquete fúnebre, en el undécimo erigiremos un túmulo sobre el cadáver y en el duodécimo volveremos a pelear, si necesario fuere.

El dolor por la pérdida de un ser querido es desgarrador. El dolor se opera en todo el cuerpo; afecta toda la personalidad y angustia del alma. La severidad de este dolor busca tranquilizarse con el concurso de los ritos funerarios, es gracias a éstos que podemos inscribir la muerte, subjetivarla, anudarle algún sentido.

¿Qué huellas dejará en el imaginario colectivo la imposibilidad de enterrar a nuestros muertos? ¿De qué manera se podrá simbolizar la tragedia?

Es necesario poder atravesar todos los sentimientos que estas muertes producen: ira, abandono, desolación, culpa, temor, angustia, incertidumbre, desesperación, y encontrar modos de historizar, procesar, elaborar lo que sucede para que, cuando el covid-19 ya no sea una amenaza y se levante el aislamiento, seamos capaces de rearmar el mundo, de reconstruir la vida.

Tal como expresa el psicoanalista francés Cyrulnik (2002) en sus estudios sobre la resiliencia, “cuando se aleja la muerte, la vida no regresa. Hay que ir a buscarla, aprender a caminar de nuevo, aprender a respirar, a vivir en sociedad”. (p. 19)

En este sentido, será importante revalorizar los lazos con la comunidad. Volver al lugar dónde se hallan los afectos y las palabras que la sociedad dispone para representar la herida. Hacer saber y hacer valer que somos importantes los unos para los otros, ayudará a metamorfosear la experiencia, aumentar la capacidad de acoger al mundo y sus desórdenes amparados en el sostén social.

Las Palabras También son Trazos

Lo dicho hasta aquí nos muestra que el mundo cambia a partir del instante en que se habla, y es posible cambiar el mundo hablando. Las palabras que usamos para narrar la experiencia pueden dejarnos enfrascados en el horror, alimentar el miedo y los sentimientos de vulnerabilidad, o bien darnos la posibilidad de absorber el golpe y cicatrizar las heridas.

Las palabras son trazos que se inscriben en el cuerpo. Así como las metáforas de guerra nos instalan en el miedo, desatan conductas defensivas, producen enemigos imaginarios, nos arrancan de lo social y deshumanizan nuestras prácticas, hay otras palabras que tejen encuentros, ahuyentan los fantasmas, admiten la vulnerabilidad y los sentimientos de pérdida permitiendo transformarlos, encontrar otros modos de ser humanos, atenuar el sufrimiento, resignificar la experiencia individual y colectivamente.

Las palabras tocan o golpean el cuerpo, pueden abrazar, apaciguar, dar resguardo, brindar sentido ante lo incomprensible de un virus que nos tomó por sorpresa, o dejarnos a la merced de un enemigo que no para de crecer y conquistar territorios.

Tenemos la posibilidad de elegir cómo inscribir esta experiencia, de quedarnos en la trinchera resistiendo las magulladuras de la herida narcisista o impulsarnos a su reparación con palabras que unifiquen, que nos arranquen del dolor y nos permitan volver al mundo cuando sentimos que fuimos expulsados de la humanidad.

Referencias Bibliográficas

Alonso, J. (Diciembre de 2008). Cuerpo, dolor e incertidumbre. (Con) textos. *Revista d' antropologia i investigació social*, p.36-50.

Anziue, D. (2007). *El yo piel*. (5ª ed.). Madrid, España: Biblioteca Nueva

Cyrulnik, B. (2005) *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. (5ª ed.) Barcelona, España: Gedisa

Cyrulnik, B. (2003). *El encantamiento del mundo*. (2ª ed.) Barcelona, España: Gedisa

Grimal, P. (2004). *Diccionario de mitología griega y romana*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Han, B-C. (2015). *El aroma del tiempo: un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse*. Barcelona, España: Herder

Homero (1999). *La Ilíada*. (10ª ed.). Tomo I y II. Buenos Aires, Argentina: Losada

Le Breton, D. (2012). *Antropología del cuerpo y la modernidad*. (6ª ed.). Buenos Aires, Argentina: Nueva Edición

Le Breton, D. Le toucher de l'autre en souffrance. *Revue des Sciences Sociales*, 31, p.200-2005

Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona, España: Península.

Merleau-Ponty, M (2003). *El mundo de la percepción: siete conferencias*. (2ª ed.) Buenos Aires, Argentina: Fondo de Cultura Económica

Sontag, S. (2012) *La enfermedad y sus metáforas. El sida y sus metáforas*. Buenos Aires, Argentina: Debolsillo .

Natacha G. Sixto *

Licenciada en Psicología

Datos Personales

Nombre y Apellido: Natacha Gabriela Sixto

Profesión: Psicóloga. Psicomotricista

Matricula Nacional: 46008

Nacionalidad: Argentina

Celular: 1156467850 Correo electrónico:

natachasixto@hotmail.com info@espacioarevalo.com.ar

sitio web: www.espacioarevalo.com.ar Fc/Ig: @espaciotallerarevalo

Formación académica

2018: Esp. en Psicooncología (en curso)

2015: Fellow Neurociencias y Neuropsicología cognitiva para psicólogos y Psiquiatras

2015: Posgrado Neuropsicología Infantil /A.N.A. Asoc.

Neuropsiquiatría Argentina

2005 • Licenciatura en Psicología -

UMSA

2002: Técnico en salud Esp. en

Psicomotricidad - ACES Escuela

Argentina de Psicomotricidad

Experiencia Laboral

2016-Directora de Espacio Taller Arévalo Admisiones. Coordinación y supervisión de tratamiento niños, jóvenes y adultos.

2009- Práctica privada en consultorio. Evaluación, diagnóstico y tratamiento psicológico y psicomotor de niños y jóvenes.

2013- Tallerista en Fundación CISAM.

2015 Desarrollo de talleres de psicomotricidad Población: niños y jóvenes con perturbaciones graves de la subjetividad.

2011- Subdirectora en Centro de Día FUNDAIPA.

2012 Admisiones. Desarrollo y evaluación de programas asistenciales y talleres. Coordinación y supervisión de tratamientos

2009- Psicomotricista en Cet y Centro de Día FUNDAIPA. Evaluación y diagnóstico **2011** psicomotor. Terapia psicomotriz individual y talleres grupales. Población: niños y jóvenes con discapacidad mental moderada.

(011) 15 5646 7850 • Arévalo 1988- CABA • natachasixto@hotmail.com

• www.espacioarevalo.com.ar