

## LA INVENCIÓN DEL CUERPO EN LA CULTURA OCCIDENTAL ¿PUERTA DE ENTRADA A LA VIGOREXIA?

### Introducción:

En las últimas décadas se ha registrado una mayor prevalencia de personas con vigorexia y, esto, en parte, se debe a la influencia de los medios de comunicación. Lo que empezó con el cine, las revistas, y las publicidades se incrementó con la masificación de internet y el uso de las redes sociales como forma de comunicar y afirmar la propia imagen y la autoestima. En estos intercambios sociales se promueven e inculcan unos valores sobre un determinado cuerpo relacionándolo con el éxito. El lema parece ser: si tienes una buena forma física, accederás a mejores puestos de trabajo, tendrás más facilidad en conseguir la pareja que buscas, tendrás un lugar de privilegio en el grupo de pares, tu vida será más gratificante, etc.

Una vez que se han interiorizado estos valores, ya no es suficiente un cuerpo saludable y con aptitud para el movimiento. Surge una constante insatisfacción que lleva a consumir productos y pasar horas incontables en los gimnasios para lograr aproximarse a la imagen ideal de cuerpo buscado, “esculpir” esa imagen en la propia carne. Y en los casos extremos, se terminan siguiendo hábitos perjudiciales y extremos para la salud. Se da el nombre de *vigorexia* a esta situación extrema de dismorfia corporal que hace de la dieta y el ejercicio una obsesión que enferma.



En esta actividad se busca analizar con los estudiantes el concepto de “cuerpo como invención cultural” y, al desmontar la tradición que la originó, busca comprender el proceso de inculcación que la cultura occidental ha hecho de un modelo de cuerpo “imposible” asociado a un modelo de “perfección” que entrecruza la moralidad (belleza igual bondad) y la inmortalidad (ser como los héroes).

Entendemos que este es un trabajo necesario para abrirse a pensar-nos desde otras perspectivas culturales, para reflexionar sobre los mandatos culturales y para empezar a aceptar la diversidad de lxs cuerpos reales.

### Destinatarixs:

Estudiantes de escuelas secundarias, de nivel terciario y universitario, docentes en formación.

**Desarrollo:**

## Actividad 1

Reunidos en pequeños grupos, se pedirá que lean y analicen los fragmentos del texto de Carmen Sánchez , “La invención del cuerpo escultural. El desnudo en la Grecia clásica”<sup>1</sup> pág 87 a 102

*“Y hablo del cuerpo del varón porque es donde empieza todo. La primera escultura de un cuerpo desnudo se puede remontar a finales del siglo VIII a.C., con las estatuas halladas en Dreros, Creta, donde una imagen, probablemente de Apolo desnudo, aparece entre las figuras vestidas de su madre y hermana, Leto y Artemis. Hombres desnudos y mujeres vestidas, ésta es la fórmula artística que se repite con frecuencia en las esculturas del arcaísmo y gran parte del clasicismo.”*

*“En el Apolo de Dreros (s VIII a. C.) encontramos ya la concepción del cuerpo que inventaron los griegos. Se señalan con cuidado en el torso las clavículas y el final de la caja torácica y se marca también una de las principales hechuras de los cuerpos esculpidos griegos: el pliegue inguinal. A lo largo de los siglos se pone el énfasis, una y otra vez, a pesar del paso del tiempo y de los cambios estilísticos, en el cuerpo de un varón de anchas espaldas y glúteos redondeados y fuertes, pecho poderoso, pies grandes, marcadas clavículas y rodillas, donde se señala el final de la caja torácica y se marca hasta la exageración el pliegue inguinal”*



Estatuas de bronce halladas en Dreros, finales del siglo VIII a.C. Museo de Heraclion, Creta.  
Foto: autora.

*En la espalda nos encontramos un panorama similar, tomemos como ejemplo la espalda del bronce A de Riace, muy probablemente un original del siglo V a.C. donde la curvatura lumbar es exagerada y la acanaladura que forma la columna vertebral no se interrumpe a la altura de la cintura, un hecho físico, sino que continúa hasta encontrarse con los glúteos. A esto se añade que las hendiduras que forman el rombo de Michaelis, popularmente conocidas como pozo de Venus,*

<sup>1</sup> En Carmen Sánchez e Inmaculada Escobar (Editoras) (2015): *Dioses, héroes y atletas. La imagen del cuerpo en la Grecia Antigua*. Museo arqueológico regional. Alcalá de Henares. Marzo - Julio 2015

*están situadas ligeramente más altas de lo normal. Esta hechura anatómica, aunque no es extraña al cuerpo masculino, es más frecuente en el femenino, pero no prescinden de ella las espaldas de glúteos redondeados que inventaron los griegos.*



Detalle de la espalda del  
bronce A de Riace. Ca. 460 a.C.  
Museo Arqueológico Nacional,  
Reggio Calabria. Original  
griego.

*Y desde luego, por si aún quedara alguna duda de que el cuerpo que propusieron los griegos como imagen pública es una invención construida, donde se incorporan elementos posibles, aunque ficticios, a los reales; se añaden a los cuerpos de los varones unos genitales minimizados, pero no sólo en tamaño, como tantas veces se señala, sino infantilizados. Morfológicamente no se corresponden con los de un adulto, sino con los de un niño preadolescente, con un pene delgado y corto, terminado en un largo prepucio y un escroto muy desarrollado.*



Doríforo Ca. 440 a.C. Copia romana  
de un original de bronce de Policleto.  
Museo Arqueológico Nacional,  
Nápoles.

*“Que estos cuerpos anómalos, irreales, imposibles, sean el modelo que ha llegado a la tradición occidental puede parecer algo sorprendente, pero no es menos asombroso que una sociedad vestida como la griega haya imaginado y representado durante siglos, en imágenes exhibidas en lugares públicos, como ágoras, santuarios o necrópolis a sus dioses y héroes totalmente desnudos. No existe ninguna otra cultura en la historia de la humanidad, que no derive de la griega, que haya expuesto sistemáticamente a la mirada pública la desnudez de los cuerpos de sus dioses, héroes, líderes, ciudadanos y atletas.”*

*“Podríamos pensar que (casi parece legítimo) las estatuas que construyeron los griegos, con esos robustos cuerpos dotados de músculos definidos, responden a un profundo conocimiento anatómico. Pero nada indica que esto sea real. Los griegos antiguos concebían el cuerpo humano como un compuesto de huesos, carne y nervios, sarks y neuroi. Lo imaginaban como un sistema de nervios interconectado. Hasta Galeno prácticamente no encontramos una visión casi moderna de anatomía. Cuando construyeron las primeras estatuas no habían siquiera imaginado la noción de músculo. No existía el pensamiento anatómico. El término mys, músculo, no se usa prácticamente, más allá de veinte veces en los escritos del corpus hipocrático. Y, sin embargo, representaban, dibujaban, modelaban y esculpián cuerpos musculados ¿por qué?”*

*“La obsesión por los músculos y la construcción hasta la exageración de la articulación se multiplica en extensión en el mundo romano y se enfatiza en el Renacimiento, se imita y copia en las academias del XIX, es el modelo de las corazas romanas y de los torsos de nuestros superhéroes. El hecho es que los griegos construyeron un cuerpo de varón anómalo e imposible y el hecho indiscutible es que su mirada se ha convertido en la nuestra”*

#### Actividad 2:

Comparen la imagen descripta del cuerpo en el ideal griego con las imágenes contemporáneas que se ofrecen a continuación. Establezca similitudes y/o diferencias con el planteo de la autora. ¿hay continuidad del ideal de belleza? ¿el cuerpo musculoso y trabajado se asocia actualmente a la virilidad/superioridad? ¿se puede ser varón y feliz con un cuerpo “no trabajado”?



### Actividad 3

Analice las afirmaciones que figuran en bastardilla: ¿el ideal construido por la cultura occidental es originalmente discriminador? ¿actualmente perciben esa discriminación en su mundo social? ¿establecen alguna relación entre este mandato social y la vigorexia como trastorno de la salud? Según su experiencia, ¿sería necesario cambiar este imaginario cultural?

*El desnudo del cuerpo masculino idealizado era un distintivo para la sociedad griega, puesto que era un diferenciador étnico, social y de género.*

*Solo podían representarse desnudos los varones, cuyo modelo representaban una y otra vez con las mismas características corporales: un joven con el pliegue inguinal marcado, el final de la caja torácica tallado, la acentuación de los músculos y representación de la fuerza viril en rodillas y muslos. Un cuerpo articulado, en el que cada parte debía ser moldeada como una pieza que al estructurarse manifiesta belleza y fortaleza*

*El desnudo griego era un vestido, porque diferencia etnias –solo los griegos se desnudan–, diferencia clases sociales, solamente un aristócrata o un ciudadano*

*libre y con dinero, con ocio suficiente como para ir a la palestra, se desnuda. Y diferencia género: sólo los varones tienen habilitado el espacio público y la perfección de sus cuerpos semejante a los héroes aparecen en templos, tumbas y plazas públicas.*

*Los cuerpos de aquellos que no poseen ocio, como los esclavos o los trabajadores artesanos, o pertenecen a otras etnias, como los de los bárbaros o a otro género, tienen cuerpos débiles, de hombros estrechos, cuerpos pálidos, blandos de textura, gordos, bajos, fofos. Carecen de heroicidad, no pueden ser inmortalizados por sus proezas.*

#### A modo de cierre:

Se propone la puesta en común de la información y las reflexiones alcanzadas en un espacio apto para el debate argumentativo.

Acorde al nivel educativo de los grupos y dependiendo de si se trata de docentes en formación, se presentan algunas sugerencias de preguntas para incluir en el debate:

- ¿Cuál es el interés en que como docentes abordemos las problemáticas sociales actuales estableciendo las continuidades, las diferencia y las raíces históricas?
- ¿Entendemos la vigorexia como un trastorno posible en entornos discriminadores?
- ¿Cómo afectan los mandatos sociales en la planificación de nuestros proyectos de vida?
- Asumir que lo que pretendemos combatir como mandato social para lograr ser más libres y felices en la diversidad tiene un peso cultural de 2800 años, ¿nos fortalece para encarar la tarea y entender qué debatir o modificar? ¿la historia cultural es indiferente a la hora de abordar las problemáticas aumentadas por las redes sociales?
- ¿Qué nos enseña la comparación con otras culturas? ¿todas las culturas perciben los cuerpos con igual imaginario? (Ver otras actividades que abordan la construcción del cuerpo en culturas no occidentales)

Elaboración grupal de las conclusiones para ser comunicadas en una revista, en una radio escolar, en un hilo de Instagram, en un video, etc.

#### Bibliografía

Carmen Sánchez e Inmaculada Escobar (Editoras) (2015): *Dioses, héroes y atletas. La imagen del cuerpo en la Grecia Antigua*. Museo arqueológico regional. Alcalá de Henares. Marzo - Julio 2015

Sánchez, C. (2015): La invención del cuerpo. Arte y erotismo en el mundo clásico. Siruela, Madrid.

Entendiendo la vigorexia: signos, causas y soluciones

<https://therapygroupdc.com/therapist-dc-blog/understanding-bigorexia-signs-causes-and-solutions/>