

Dispositivo fitness; reflexiones sobre la lógica de la gimnasia

Lic. Cabrera Carolina (IdHCS-FAHCE-UNLP-Argentina), cabrera@bitsion.com

Resumen

En este trabajo se buscará reflexionar sobre el lugar de la gimnasia en tanto práctica que mediante la enseñanza de técnicas produce cuerpo a partir de la noción del *dispositivo fitness* que desarrollan Costa y Rodriguez. Esta categoría nos permite pensar en propuestas gímnicas que tienen al cuerpo extenso como objeto y así se inscriben en una lógica de mercado que produce y reproduce cuerpos constituídos como material de exhibición, posesión inapropiable y valor de intercambio. Puesta así esta tecnología de poder produce sujetos usuarios de sus propios cuerpos reforzando la idea de la auto-gestión en pos de una vida saludable. Al mismo tiempo, tensionar a la gimnasia desde el análisis del *dispositivo fitness* en tanto tecnología de gobierno, nos habilita una problematización en la que encontramos posibles desplazamientos para poder pensarla y proponerla menos como un modo de intervención sobre el cuerpo individual y más como una práctica que toma por objeto al cuerpo en lo que tiene este de político, cultural y colectivo.

Palabras claves: gimnasia, cuerpo, dispositivo fitness

Introducción

Costa y Rodriguez (2010) analizan cómo en el S XXI emerge una nueva episteme desde la noción científica de información entendida ésta como una entidad inmaterial que organiza la materia y con ello las relaciones de saber, de poder y las nuevas formas de subjetivación. De este postulado identifican una continuidad y una ruptura. Del dispositivo de la sexualidad al de la corporalidad la continuidad y a mediados del siglo XX la ruptura, cuando el control de la natalidad logra separar sexualidad y reproducción por un lado y cuando los controles biotecnológicos disocian cuerpo y vida por el otro, emerge un nuevo modo de intervenir los cuerpos. Este nuevo tipo de gubernamentalidad neoliberal se ejerce a través de tres líneas de acción que se articulan entre sí, redefiniendo en una biopolítica

inmunitaria los cuerpos que importan. A saber: 1. *dispositivo informacional-genético*: un eje del saber que moldea, programa, diseña y opera sobre el interior de un cuerpo del que se pueden manipular tanto sus genes, su psique como sus funciones (desde la industria farmacéutica, la ortopedia a la cirugía y la embriología por dar algunos ejemplos). Este dispositivo hace del cuerpo un ente manipulable. La detección de las fallas o riesgos potenciales que gestiona este dispositivo da lugar a 2. *la salud perfecta*: donde se gestiona desde la salud pública y la privatización de la enfermedad la utopía del cuerpo sano, dentro de una racionalidad en la que la vejez por ejemplo es considerada como una patología. Entonces, con la potencialidad de la falla genética, con la posibilidad de corregir aquello que se desea modificar y con una retórica donde los procesos biológicos son una amenaza, el cuerpo se configura como blanco de los poderes médico-estatal-empresariales y para complementar la descripción de este funcionamiento deviene 3. *el dispositivo fitness*: comprende tanto prácticas que mejoran, esculpen y “ajustan” la apariencia del cuerpo como las representaciones e ideas que funcionan para intensificar la experiencia del cuerpo y los lugares, propuestas o programas para llevar a cabo estas demandas. En el ethos del fitness el cuerpo se configura aumentando el tiempo y la calidad de vida y estetizándolo, esto es haciendo un cuerpo “mostrable” e incrementando sus potencias en tanto capital humano. Así el doble imperativo de este dispositivo es gestionar la experiencia del propio cuerpo y el goce al tiempo que poner en valor dicho capital desde una racionalidad que pretende y exige utilidad en cada acción. Entre las ofertas para estos imperativos las gimnasias se proponen como parte de la solución y es a este punto donde quería llegar, luego de entender el marco argumentativo del cual partimos. Analizaremos las categorías cuerpo y salud, ambas en relación al gimnasio en tanto dominio que inscribe un espacio, un tiempo y una lógica propia.

El cuerpo y el gimnasio

Que tener un cuerpo es poseer un capital y usufructuarlo como valor de intercambio no es ninguna novedad, obtener una plusvalía de él convirtiéndolo en objeto de exhibición y ser empresario de sí, es la nueva apuesta. Invertir en el cuerpo en tanto mercancía es el modo con el que el sistema capitalista del S XX sujeta las intervenciones biopolíticas tanto como las anatomo-políticas para normalizar la población y el cuerpo respectivamente. La exigencia de la apariencia, “to fit”, de cuidar de sí para encajar y ser

competitivos estéticamente establece mecanismos de control normalizando una retórica sobre la delgadez, la juventud y la salud. “El cuerpo ya no es sede de la extracción de la energía sino de la emisión ininterrumpida de señales” dice Costa en relación al cuerpo en tanto superficie de información (2017, p.5). Hay en las propuestas “holísticas” o “new age” un abordaje que interpreta en la sintomatología una literalidad del cuerpo. Surgen así propuestas tales como “Taller de Yin Yoga para meridianos de pulmón e intestino grueso” para “el intercambio entre las sustancias vitales que dejamos ingresar y entre las sustancias tóxicas que debemos soltar” a través de asanas y prácticas de respiración. O bien sesiones de neurodanza como técnica para “pulsar nuestro interior sanando viejas heridas o las ‘herederas’ a través del cuerpo”, clases de yoga Nidra “para el pensamiento compulsivo” o para equilibrar “exceso de energía solar” en caso de trastornos del sueño. Traigo ejemplos de propuestas que hacen del síntoma una práctica, donde las técnicas corporales quedan subsumidas a una teoría más ligada al esencialismo que a la enseñanza. El dispositivo fitness y su lógica de funcionamiento produce sujetos usuarios de sus propios cuerpos en tanto capital humano; “trabajar” para el propio bienestar es una inversión regulada por las leyes del mercado, en donde autogestionar la salud es un imperativo. Es decir, se configura un dispositivo que codifica valores y reglas de comportamiento a través de prácticas por las cuales el sujeto se modifica a sí mismo y se autorregula. Desde la retórica de la salud – o cultura wellness – se prescribe la alimentación, el descanso, el control y la regulación de las emociones, qué ejercicios, cómo y cuándo hacer actividad física. De esto lo que me interesa señalar es cómo el cuerpo y la práctica que lo toma por objeto se vuelven instrumento: se hace gimnasia *para* un cuerpo que me sirve de medio *para* acceder a una idea de salud.

Por otra parte, pero en continuidad con analizar al cuerpo como extensión lingüística les propongo pensar en los relojes inteligentes que al tiempo que disciplinan al usuario operan sobre él desde un lenguaje analógico a partir de cifras que terminan digitalizando y digitando lo que puede y debe hacer un cuerpo. Ya no hablamos siquiera de frecuencia cardíaca o cantidad de pasos, sino de datos tales como niveles de cortisol, profundidad en el sueño y optimización de las horas activas lo que resulta promediando el rango horario en el que el usuario se encuentra con mayor predisposición para entrenar como también mayor o menor predisposición a contraer algún trastorno psiquiátrico. Una tecnología de control hecha pulsera.

Si a esta realidad la enmarcamos en la expansión de gimnasios que ofrecen atención las 24 horas, podemos reconocer cómo el entrenamiento del cuerpo se basa más en el manejo de programas de ejercicios expedidos por aplicaciones y mediciones ordenados por los dispositivos, que en instrucciones impartidas por un maestro. Ahora bien, ¿es esto gimnasia? En Vigarello podemos estudiar “una historia de los modelos que, al gobernar el funcionamiento de los cuerpos, por lo mismo gobiernan los enfoques que lo educan” (2005, p.11) desde las manipulaciones ortopédicas del siglo XVI y XVII a los modelos energéticos del siglo XIX y de las leyes mecánicas y analógicas a los nuevos órdenes informáticos y digitales, podemos reconocer que según cómo se haya entendido al cuerpo es el modo en que se lo ha intervenido y ese ha sido y es un problema para la gimnasia. La cultura del wellness hace del gimnasio una empresa privada y de la gimnasia un servicio.

La salud y el gimnasio

Continuando con los análisis que nos proponen Costa y Rodríguez (2010), decimos que la vida es entendida como un código genético con capacidad de memoria y de transmisión que tiene al cuerpo-organismo como soporte material. Las ciencias biomédicas del siglo XXI ya no toman al cuerpo enfermo como objeto sino al genoma, así la detección del ADN donde se aloja la falla es el objetivo. Por otra parte, desde los ´60 hasta entonces, la acelerada divulgación de las neurociencias instaló al cerebro como la base física de la mente o lo que es igual la mente es lo que el cerebro hace (Rose, 2014, p.25). Junto a infinidad de experimentos y construcciones teóricas al respecto, la característica de ser maleable le ha adjudicado al cerebro la capacidad de modificar conductas y destinos. Es decir, en la plasticidad neuronal radica la esperanza de modificar prácticamente cualquier expresión del ser humano y en esa promesa habita la efectividad de las terapias que trabajan sobre la mente. Entonces, somos individuos cerebrales y como tales somos moldeables al tiempo que no sólo podemos trabajar sobre él sino que debemos hacerlo. El brain fitness, el neurofitness o el Método Hoffmann, son algunas de las propuestas para mantener el cerebro en forma, ejercitar la mente e incorporar técnicas para favorecer la neurogénesis y la reconexión neuronal (Hoffmann, 2022). Antes mencionamos las prácticas que responden al síntoma, ahora otras que atienden la memoria, la velocidad de respuesta y la capacidad de retención mental como

ejercicio para la salud cerebral. Si decimos que la gimnasia es una práctica corporal sistemática, intencional y que busca una mejora, las propuestas recién mencionadas caben dentro de dicha definición, lo que nos separa son los argumentos sobre el cuerpo y sobre el sujeto que se enlazan en una lógica de enseñanza. Volviendo a los análisis de Costa y Rodríguez, retomo la ruptura mencionada al principio: cuando el sexo se vuelve inoperante para el ejercicio biopolítico, a mediados del siglo XX el cuerpo extendido viene a ocupar ese lugar en donde se reorganizan nuevos procesos de subjetivación, desde sus células y todo lo que se puede hacer con ellas (congelar embriones, bancos de células madre, etc.) hasta la buena imagen como superficie de aparición. Entonces, en tanto la definición de gimnasia no se articule con un posicionamiento teórico sobre el cuerpo, sobre el sujeto y sobre la enseñanza, esta práctica puede volverse fácilmente una mercancía administrada por las lógicas neoliberales de consumo ¿Es eso un problema? rotundamente no, porque eso existió y existirá siempre, el problema es que ese producto no es gimnasia y en tanto sigamos discutiendo cómo restituirle su carácter educativo y alejarla del carácter capitalista, las preguntas van a ser siempre equívocas. Propongo e insisto pensar la práctica.

Reflexiones finales

El dispositivo de la corporalidad que opera sobre el cuerpo extenso, nos permite reconocer el surgimiento de prácticas que bajo el argumento del bienestar personal plantean una relación con el propio cuerpo en tanto capital. La relación que propongo para desarticular dicha relación es la teoría del uso del cuerpo que propone Agamben. Un uso que no es medio para un fin, que como tal carece de utilidad (Agamben, 2014). El uso del cuerpo desde esta perspectiva indiferencia el cuerpo propio del ajeno lo cual nos permite articular el sujeto dividido de la praxis psicoanalítica que propone Lacan. El uso del cuerpo neutraliza oposiciones binarias lo que nos libera de la dicotomía cuerpo-mente que por cierto en la práctica dicha categoría no aparece ni funciona. En el uso del cuerpo el sujeto se constituye como sujeto ético y político, dando testimonio de la afección que recibe en cuanto se está en relación a otro cuerpo. Anula además la oposición entre sujeto-objeto y la de ser-tener y el asunto es entonces la relación. Volver inútiles estas dicotomías me resulta central para poder formalizar la gimnasia desde un saber propio que dispute el sentido de un cuerpo sano, sano en la medida que sabe. Sabe técnicas que lo ponen en relación con un

uso en el que se constituye como sujeto ético y político y por lo cual lo singulariza. Ese uso del cuerpo es el objeto de la gimnasia, ponerlo en relación con las técnicas, su intencionalidad y organizar su enseñanza, la sistematicidad. Enseñemos gimnasia.

Referencias Bibliográficas

- ⑩ Agamben, G., El uso de los cuerpos, 2017, Adriana Hidalgo, Buenos Aires, Argentina
- ⑩ Costa, F., El dispositivo Fitness en la Modernidad Biológica, 2008.
- ⑩ Costa, F., Rodriguez, P., 2010, La vida como información, el cuerpo como señal de ajuste, Santiago, Chile.
- ⑩ Foucault, M., Hermenéutica del sujeto, 2014, Fce, Buenos Aires, Argentina.
- ⑩ Hoffmann, C., Neurofitness, 2022, Alienta Editorial, España.
- ⑩ Rose, N., Nuestro cerebro, nuestro yo, en La salud inalcanzable, 2017, Eudeba, Buenos Aires, Argentina.
- ⑩ Sibia, P., El hombre postorgánico, 2005, Fondo de Cultura Económica, Buenos Aires, Argentina.