UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TRABAJO FINAL DE GRADO

VIOLENCIA ESTÉTICA: TENSIONES ENTRE LOS IDEALES, LA CORPORALIDAD Y LA SUBJETIVIDAD EN LA CONTEMPORANEIDAD

ESTUDIANTE: LUCÍA DELLEPIANE CAFASSO C.I: 5.368.522-5

TUTORA : ASIST. MAG. SANDRA TORT GÓMEZ

REVISORA: PROF. AGDA. DRA. GABRIELA BAÑULS

MONTEVIDEO, URUGUAY
2026

A quienes fueron impulso y refugio en este camino,
a quienes supieron acompañar y sostener con cariño.
Esta alegría no es solo mía; también les pertenece.

Índice

Resumen - Palabras clave ……3

Abstract - Keywords ……..4

Introducción……..5

Capítulo I: Corporalidades y subjetividades desde una perspectiva social…..……7

Capítulo II: Circulación sociocultural de ideales estéticos y género……..……..10

Género, feminidades y violencia estética ……..10

Valoración diferencial de los cuerpos ……13

Industria estética, insatisfacción corporal y prácticas de consumo ……...14

Publicidad, medios y redes sociales como espacios de circulación …….20

Capítulo III: Ideales estéticos, relación con el propio cuerpo y malestar psicológico …..….23

Presión sociocultural e internalización de los ideales estéticos ……..……23

Comparación, vigilancia y relación con el propio cuerpo ……24

Insatisfacción corporal y posibles formas de malestar psicológico ……...26

Consideraciones finales ……28

Referencias bibliográficas ……31

Resumen

El presente ensayo académico analiza y problematiza críticamente la violencia estética y las tensiones que se establecen entre los ideales normativos de belleza, las corporalidades y las formas en que los sujetos se relacionan con su propia apariencia. Desde una perspectiva psicosocial y de género, se profundiza en las exigencias que recaen particularmente sobre las feminidades, así como en las formas de valoración diferencial que pueden establecerse respecto de aquellas corporalidades que se aproximan o alejan de los modelos estéticos socialmente valorados.

El trabajo interroga también las dimensiones sociales, culturales y económicas que participan en la circulación de estos ideales, considerando especialmente el lugar de la industria estética, las prácticas de consumo, la publicidad, los medios y las redes sociales. A partir de este recorrido, se problematizan los procesos mediante los cuales determinadas presiones socioculturales pueden ser internalizadas y adquirir relevancia en la comparación, la vigilancia de la apariencia, la valoración del propio cuerpo y distintas formas de malestar psicológico.

El ensayo propone así comprender la violencia estética más allá de una problemática exclusivamente vinculada con la apariencia o las elecciones individuales, atendiendo a las tramas sociales y de género que atraviesan la experiencia de habitar el propio cuerpo. Desde la Psicología, se abren interrogantes acerca de las posibilidades de escucha, problematización e intervención frente a estos malestares, sin pretender clausurar una discusión que permanece necesariamente abierta.

Palabras clave: Violencia estética – Corporalidad – Ideales estéticos – Género – Malestar psicológico

Abstract

This academic essay critically analyzes and problematizes aesthetic violence and the tensions established between normative beauty ideals, corporeality, and the ways in which individuals relate to their own appearance. From a psychosocial and gender perspective, it examines the demands placed particularly on femininities, as well as the forms of differential valuation that may emerge regarding bodies that either approach or diverge from socially valued aesthetic models.

The paper also explores the social, cultural, and economic dimensions involved in the circulation of these ideals, paying particular attention to the aesthetic industry, consumption practices, advertising, media, and social networks. Based on this discussion, the essay examines the processes through which certain sociocultural pressures may be internalized and become relevant to appearance comparison and surveillance, the valuation of one's own body, and different forms of psychological distress.

The essay therefore proposes an understanding of aesthetic violence that goes beyond a problem exclusively related to appearance or individual choices, considering the social and gendered frameworks that shape the experience of inhabiting one's own body. From a psychological perspective, it opens questions regarding possibilities for listening, critical reflection, and intervention in relation to these forms of distress, without attempting to close a discussion that necessarily remains open.

Keywords: Aesthetic violence – Corporeality – Aesthetic ideals – Gender – Psychological distress

Introducción

El presente trabajo final de grado aborda las tensiones instaladas entre las corporalidades y las exigencias socioculturales vinculadas con ideales normativos de belleza. En este sentido, se propone el análisis, la problematización y la reflexión crítica de la violencia estética, así como de su posible relación con la experiencia corporal y distintas formas de malestar psicológico. Para delimitar este concepto, se parte de la conceptualización propuesta por Pineda (2022):

> narrativas, representaciones, prácticas e instituciones que ejercen una presión perjudicial y formas de discriminación sobre las mujeres para obligarlas a responder al canon de belleza imperante, así como, el impacto que éste tiene en sus vidas, es lo que he denominado violencia estética; la cual además se fundamenta y erige sobre la base de premisas sexistas, gerontofóbicas, racistas y gordofóbicas. (p. 109)

Esta conceptualización permite introducir la dimensión de género que atraviesa el problema. En este sentido, se retoma la perspectiva de Lamas (1996) quien señala que “la perspectiva de género implica reconocer que una cosa es la diferencia sexual y otra cosa son las atribuciones, ideas, representaciones y prescripciones sociales que se construyen tomando como referencia esa diferencia sexual” (p. 223). Desde esta mirada, interesa considerar de qué manera los ideales y prescripciones sociales vinculados con la apariencia recaen especialmente sobre las corporalidades femeninas y pueden relacionarse con la experiencia del propio cuerpo y distintas formas de malestar.

La noción de subjetividad atravesará parte de las reflexiones desarrolladas en este ensayo. Para profundizar en esta dimensión**,** se retomarán los aportes de Bleichmar (2003) sobre producción de subjetividad, perspectiva que será desarrollada en el primer capítulo en relación con las condiciones histórico-sociales en las que se producen determinados modos de significar y valorar los cuerpos.

A su vez, el análisis considerará la violencia presente en prácticas, discursos y exigencias cotidianas que recaen especialmente sobre las corporalidades femeninas, incluyendo también las intervenciones estéticas atravesadas por lógicas de consumo y por la centralidad contemporánea de la imagen. En relación con las formas en que los cánones estéticos pueden traducirse en intervenciones sobre los cuerpos, Pineda (2022) plantea:

> La mujer, y por tanto su corporalidad, se convierte en un objeto al cual se le contiene o se le libera, se le quita o se le pone, se le añade y se le vuelve a quitar, se le reduce o se le aumenta, se le aumenta y se le vuelve a aumentar; modificaciones y repetidas intervenciones que van a depender de los cánones y estereotipos de belleza instaurados en una determinada época. (p. 112)

Esta dimensión conduce también a interrogar los espacios contemporáneos en los que estos modelos adquieren visibilidad. Por este motivo, se atenderá al papel de los medios de comunicación y las redes sociales como espacios de exposición y circulación de contenidos vinculados con la apariencia. Interesa especialmente analizar el carácter normativo que pueden adquirir determinados modelos de belleza y las tensiones que estos producen frente a la diversidad de los cuerpos. Desde una perspectiva psicosocial, el ensayo propone una lectura crítica de estas prácticas y discursos, atendiendo a las condiciones socioculturales que intervienen en su producción y reproducción.

Vale aclarar que el ensayo no pretende juzgar las prácticas singulares ni las decisiones personales vinculadas con procedimientos estéticos. El análisis se dirige a las condiciones socioculturales en las que estas decisiones se producen y a las significaciones que circulan en torno a los cuerpos, y no a la valoración de las elecciones individuales.

En síntesis, este trabajo final de grado aborda la violencia estética como una forma de presión sociocultural sostenida por ideales normativos de belleza, atravesados especialmente por relaciones de género y reforzados por distintos espacios de circulación contemporáneos, que puede incidir en la relación de los sujetos, particularmente de las mujeres, con su propio cuerpo y contribuir a procesos de internalización, comparación y vigilancia de la apariencia vinculados con distintas formas de malestar psicológico.

Este trabajo desarrollará sus ejes en torno a tres bloques conceptuales: violencia estética, corporalidad e ideales normativos de belleza; género y circulación sociocultural de los ideales estéticos; y relación con el propio cuerpo y sus posibles formas de malestar psicológico. Estos bloques se encuentran en constante diálogo a lo largo del ensayo.

Capítulo I

Corporalidades y subjetividades desde una perspectiva social

> “Es preciso que yo sea mi exterior, y que el cuerpo del otro sea él mismo.”
> (Merleau-Ponty, 1993, p. 12)

El cuerpo puede pensarse como una dimensión central de la experiencia de los sujetos, atravesada por su historia y por las condiciones sociales y culturales en las que se encuentran inscriptos. En este sentido, la corporalidad no remite únicamente a determinadas características físicas, sino también a la forma en que el cuerpo es vivido y a las significaciones y valoraciones que se construyen en torno a él. Esta relación entre la experiencia del propio cuerpo y su exposición a la mirada de los otros resulta especialmente relevante para el problema que se aborda en este ensayo. En relación con esta dimensión, Fredrickson y Roberts (1997), desde la teoría de la objetificación, plantean que las mujeres pueden llegar a observar y valorar su propia corporalidad desde una perspectiva externa. Este planteo introduce la posibilidad de pensar la corporalidad no solamente desde la experiencia individual, sino también en relación con la mirada y la valoración de los otros.

La corporalidad puede ser entendida también como un espacio atravesado por significaciones sociales e históricas. Los cuerpos son observados, representados y valorados dentro de determinados contextos, en los que circulan concepciones acerca de aquello que resulta deseable, aceptable o alejado de las normas socialmente establecidas. En este sentido, pensar el cuerpo supone considerar no solamente su dimensión individual, sino también las relaciones sociales y de poder que intervienen en su valoración. Esta dimensión permite incorporar los aportes de Foucault (2002), en tanto su análisis permite pensar al cuerpo como un espacio sobre el que operan relaciones de poder, regulaciones y exigencias:

> El cuerpo está también directamente inmerso en un campo político; las relaciones de poder operan sobre él una presa inmediata; lo cercan, lo marcan, lo doman, lo someten a suplicio, lo fuerzan a unos trabajos, lo obligan a unas ceremonias, exigen de él. (p. 26)

Este planteo permite considerar que las valoraciones y exigencias que recaen sobre los cuerpos se producen dentro de relaciones sociales en las que operan determinadas formas

de regulación.

En este punto resulta pertinente introducir la noción de subjetividad. Identificar los cánones de belleza que circulan socialmente no alcanza para comprender el problema, ya que interesa también interrogar de qué manera determinadas significaciones sociales participan en los modos en que los sujetos se representan, valoran y relacionan con sus propios cuerpos. Para profundizar en esta dimensión, se retoman los aportes de Bleichmar (2003), quien vincula la producción de subjetividad con determinadas condiciones sociales, históricas y culturales:

> La fuerza con que la producción de subjetividad de una época desmantela enunciados anteriores hace que uno tenga que apelar a toda la fuerza moral y al conocimiento histórico para sostenerse. Es evidente que ha habido cambios en la producción de subjetividad. Pero la producción de subjetividad no es todo el aparato psíquico. Es el lugar donde se articulan los enunciados sociales respecto al Yo. (párrs. 29–30)

Resulta importante en esta instancia establecer, de acuerdo a lo que plantea la autora, una distinción esencial: la constitución psíquica no es producción de subjetividad. Si bien ambos conceptos se encuentran relacionados, Bleichmar (2003) advierte que la producción de subjetividad no comprende la totalidad del aparato psíquico. Para este ensayo interesa especialmente su dimensión histórico-social, en tanto permite interrogar las condiciones en las que se producen determinados modos de representación y valoración de los sujetos.

En este sentido, si la producción de subjetividad se encuentra ligada a determinadas condiciones históricas, sociales y culturales, es posible pensar que los ideales estéticos forman parte de las significaciones que circulan en una época y participan en los modos en que los sujetos valoran su propia corporalidad. Estos ideales no se limitan únicamente a establecer determinadas características físicas consideradas bellas o deseables, sino que también pueden funcionar como parámetros sociales desde los cuales algunos cuerpos son reconocidos y valorados, mientras otros son desvalorizados o discriminados. Esta dimensión se vincula con lo planteado por Pineda (2022), quien comprende la violencia estética como una forma de presión sostenida por cánones de belleza atravesados por premisas hegemónicas, normativas y sexistas.

No se trata de afirmar que los ideales estéticos determinen la constitución psíquica, sino de

considerar que forman parte de las condiciones histórico-sociales en las que se producen determinados modos de subjetividad. La violencia estética puede pensarse entonces no sólo en relación con las exigencias que recaen sobre la apariencia, sino también con los sentidos y valoraciones que circulan socialmente acerca de qué cuerpos resultan deseables, aceptados o alejados de los ideales establecidos.

Estos ideales normativos establecen determinados rasgos, características y cualidades físicas como deseables. La existencia de estos parámetros permite interrogar de qué manera las presiones vinculadas con su cumplimiento pueden relacionarse con los modos en que los sujetos observan y valoran su propia corporalidad. En este punto adquieren especial interés los procesos de internalización, comparación y vigilancia de la apariencia, así como su posible relación con distintas formas de malestar psicológico, aspectos que serán desarrollados posteriormente.

A partir de estas tensiones, resulta pertinente interrogar entonces: ¿a través de qué procesos las presiones estéticas pueden vincularse con la experiencia del propio cuerpo y con las distintas formas de malestar psicológico?

Capítulo II

Circulación sociocultural de ideales estéticos y género

> “En la medida en que las normas de género […] determinan lo que será inteligiblemente humano y lo que no, lo que se considerará real y lo que no, establecen el campo ontológico en el que se puede atribuir a los cuerpos expresión legítima.”
> (Butler, 2007, pp. 28–29)

Género, feminidades y violencia estética

Las feminidades ocupan un lugar de especial exposición en relación con la violencia estética, al constituirse históricamente como destinatarias privilegiadas de determinados mandatos de belleza y deseabilidad. Estas exigencias recaen sobre los cuerpos y establecen determinadas expectativas respecto de aquello que se considera bello, deseable o adecuado en las mujeres. En este sentido, resulta pertinente interrogar de qué manera estos mandatos se encuentran atravesados por construcciones sociales de género.

Resulta oportuno traer a colación nuevamente lo expuesto por Pineda (2022) al respecto:

> Durante siglos, a las mujeres se les exigió verse bellas para satisfacer los imaginarios masculinos en el contexto de una sociedad desigual y patriarcal, y, aún cuando la belleza les fue prohibida, este mandato se hizo manifiesto principalmente a través de los procesos de socialización familiar, los textos sagrados, el arte en sus expresiones escultóricas y pictóricas, así como mediante la literatura, donde se describían ampliamente las características, beneficios y perjuicios de la tan codiciada pero temida belleza femenina. (p. 107)

Pero estas son algunas de las cuestiones que se desarrollarán más adelante.

A partir de lo planteado por Pineda (2022), estas exigencias estéticas dirigidas hacia las mujeres no pueden ser pensadas únicamente en relación con la apariencia corporal, sino también con las formas en que social e históricamente se han construido determinadas expectativas acerca de lo femenino. La autora permite mostrar que las exigencias estéticas dirigidas hacia las mujeres tienen una construcción histórica y circulan mediante distintos

procesos de socialización y representación. Esto vuelve necesario incorporar la categoría de género para comprender cómo estas exigencias se inscriben en relaciones sociales que atribuyen significaciones y valoraciones diferenciales a los cuerpos. En este sentido, Lamas (1995) explica que “la categoría género llevó al reconocimiento de una variedad de formas de interpretación, simbolización y organización de las diferencias sexuales en las relaciones sociales y perfiló una crítica a la existencia de una esencia femenina” (p. 10).

Desde esta perspectiva, las exigencias estéticas dirigidas hacia las mujeres no responden entonces a una condición propia de lo femenino, sino que se encuentran atravesadas por construcciones sociales e históricas de género. La corporalidad femenina ha sido históricamente terreno de regulaciones y exigencias, cargando consigo un largo historial de sumisión y subordinación frente al sistema patriarcal.

Esta regulación de los cuerpos femeninos puede pensarse también en relación con su exposición y utilización como objetos de representación y consumo. De Beauvoir (2019), cuestiona a quienes utilizan los cuerpos de las mujeres “como mercancía en sus expresiones o palabras escritas, en carteles o vallas publicitarias” (p. 207).

En lo que respecta específicamente a la belleza, estas exigencias adquieren otras formas. Wolf (1991) plantea:

> El mito de la belleza cuenta un relato: la cualidad llamada "belleza" existe objetiva y universalmente. Las mujeres la quieren encarnar y los hombres quieren poseer a las mujeres que la encarnan. Esta encarnación es un imperativo para las mujeres y no para los hombres, cuya situación es necesaria y natural porque es biológica, sexual y evolutiva. (p. 217)

Lo planteado por Wolf (1991) permite pensar cómo la belleza deja de presentarse solamente como una cualidad valorada para convertirse también en una exigencia que recae sobre las mujeres. La apariencia toma entonces un lugar importante en la valoración de las corporalidades femeninas y en las exigencias que recaen sobre ellas.

Wolf (1991) introduce además una tensión entre las mayores posibilidades de autonomía alcanzadas por las mujeres y la persistencia de preocupaciones vinculadas con la apariencia física:

> Las mujeres ¿se sienten libres? La mujer opulenta, educada y liberada del primer mundo

> puede disfrutar de libertades que en otros tiempos fueron inaccesibles para las mujeres; sin embargo, no se sienten tan libres como quisieran. Y ya no pueden evitar que esta sensación de falta de libertad emerja a la conciencia como un problema que tiene que ver con asuntos aparentemente frívolos, con cosas que no deberían importar Muchas se avergüenzan de admitir que preocupaciones tan triviales como la apariencia física, el cuerpo, el rostro, el cabello y la ropa, tienen tanta importancia. (p. 214)

Esta tensión permite observar que la ampliación de determinados espacios de autonomía no supone necesariamente la desaparición de las exigencias estéticas que recaen sobre las mujeres.

Estas exigencias permiten también interrogar el lugar que adquiere la valoración externa en relación con la propia apariencia. Si determinados ideales de belleza funcionan como referencias socialmente valoradas, la relación con el propio cuerpo puede encontrarse atravesada por la mirada y el reconocimiento de los otros. En este sentido, la comparación adquiere un lugar de interés, ya que la propia apariencia puede ser valorada en relación con otras corporalidades que se aproximan en mayor medida a los ideales establecidos.

Resulta necesario pensar, en estas condiciones, al cuerpo del otro como terreno de opinión, blanco de críticas, comentarios y comparaciones. La apariencia corporal se encuentra expuesta de este modo a valoraciones que no provienen únicamente del propio sujeto, sino también de criterios sociales acerca de aquello que resulta deseable, aceptable o alejado de los ideales establecidos.

Una figura que resulta ilustrativa en este sentido es la denominada “mujer florero”, expresión que refiere a la presencia femenina valorada principalmente en términos decorativos, a partir de su belleza y atractivo. La idea remite a una mujer que acompaña y cuyo principal atributo parece reducirse a su atractivo. Su corporalidad funciona así como elemento de representación y reconocimiento de quien la acompaña. Esta figura permite observar una forma de cosificación en la que otras dimensiones del sujeto quedan relegadas frente a la centralidad otorgada a su apariencia.

Los comentarios y valoraciones sobre los cuerpos pueden adquirir también formas de descalificación y objetificación, especialmente cuando la corporalidad femenina es reducida a su apariencia o valorada principalmente en función de determinados atributos físicos. Estas prácticas permiten observar cómo las relaciones de género pueden atravesar las formas sociales de valoración de la apariencia.

La dimensión de género permite considerar que las exigencias vinculadas con la apariencia no recaen de igual manera sobre todas las corporalidades. En el caso de las feminidades, los ideales de belleza se articulan con expectativas históricas acerca de la apariencia, la deseabilidad y las formas en que los cuerpos son socialmente valorados. La cosificación constituye una expresión posible de estas lógicas, en tanto puede reducir a los sujetos a determinadas características de su corporalidad y otorgar a la apariencia un lugar central en su reconocimiento. En este sentido, resulta pertinente interrogar qué sucede cuando la proximidad o la distancia respecto de los ideales estéticos establecidos adquiere relevancia en la valoración social de los sujetos.

Valoración diferencial de los cuerpos

El atractivo físico puede adquirir valor social y encontrarse asociado con determinadas ventajas o privilegios. En sentido contrario, la distancia respecto de los ideales estéticos socialmente valorados puede exponer a algunos sujetos a formas de desvalorización, rechazo o discriminación vinculadas con su apariencia.

La belleza puede funcionar entonces como un recurso asociado con determinados privilegios sociales y económicos. La belleza pasa a ser, no sólo una condición valorada, sino también una posible fuente de ventajas. En los últimos años, estas diferencias han sido referidas frecuentemente mediante la expresión *pretty privilege.* Más allá de esta denominación, Kukkonen et al. (2024), a partir de una revisión sistemática, analizan las desigualdades socioeconómicas asociadas con el atractivo físico y las diferencias de género presentes en estos efectos. Estas desigualdades resultan relevantes para pensar la violencia estética, en tanto permiten observar que los ideales de belleza pueden participar en formas de valoración diferencial de los sujetos. La proximidad o distancia respecto de determinadas características físicas socialmente valoradas puede encontrarse asociada con ventajas, desventajas o formas de discriminación que exceden las capacidades personales de los sujetos.

Las valoraciones de la apariencia pueden encontrarse atravesadas por prejuicios que establecen diferencias entre corporalidades consideradas próximas o alejadas de los ideales estéticos dominantes. En estos casos, determinadas características físicas adquieren un valor social que puede exceder la propia apariencia y participar en formas de aceptación, rechazo o discriminación hacia los sujetos.

Tiene sentido cuestionar las consecuencias sociales que experimentan los sujetos cuyas corporalidades se encuentran lejanas o próximas de lo estéticamente valorado.

Existe un control gradual de las opiniones respecto de las corporalidades ajenas, sin embargo, se observa en la cotidianeidad múltiples comentarios internalizados que son naturalizados.

A este fenómeno se le otorga la denominación de *body shaming*, término que, según Omari et al. (2026), refiere a prácticas de estigmatización y avergonzamiento que recaen sobre los sujetos en relación con sus características corpóreas. Los comentarios respecto de las corporalidades no siempre son concientizados y pueden encontrarse naturalizados. Estas prácticas permiten observar cómo determinados cuerpos son valorados o desvalorizados de acuerdo con su proximidad o distancia respecto de los ideales estéticos establecidos, pudiendo dar lugar a formas de discriminación vinculadas con la apariencia.

Estas formas de valoración diferencial permiten cuestionar las condiciones que experimentan los sujetos cuyas corporalidades se encuentran próximas o lejanas de lo estéticamente valorado. Los ideales de belleza no se limitan entonces únicamente a establecer características deseables, sino que pueden vincularse con privilegios, formas de reconocimiento, desvalorización y discriminación. En este sentido, resulta oportuno considerar también el lugar que ocupa la industria estética frente a estas exigencias y las múltiples posibilidades que ofrece para intervenir y modificar la apariencia corporal.

Industria estética, insatisfacción corporal y prácticas de consumo

A partir de los aportes de Pineda (2022), la estética puede entenderse como una construcción atravesada por condiciones históricas y socioculturales. A estas dimensiones se integra también una dimensión económica, en tanto alrededor de los ideales de belleza se despliega una amplia oferta de productos, servicios e intervenciones destinadas al cuidado, mantenimiento o modificación de la apariencia corporal.

Las lógicas lucrativas de la industria estética permiten interrogar la relación entre las inseguridades vinculadas con la apariencia y las múltiples respuestas que el mercado ofrece frente a ellas. Existe una extensa variedad de productos, tratamientos e intervenciones destinados a modificar aquello que puede ser percibido como insuficiente, excesivo o alejado de los ideales estéticos establecidos. En este sentido, resulta pertinente cuestionar qué lugar ocupa la insatisfacción corporal dentro de estas prácticas de consumo.

Si frente a aquello que incomoda de la propia apariencia existe una oferta capaz de prometer su modificación, ¿quiénes lucran con estas inseguridades? Esta relación entre insatisfacción, mercado y consumo permite introducir los aportes de Yatche (2023), quien en *Consumidas* propone una lectura crítica acerca de las exigencias estéticas y su relación con el mercado:

> Vivimos en una sociedad cuerpocentrista que nos indica a las feminidades que mientras más cerca estemos de cumplir con los índices de belleza, más cómodas nos vamos a sentir, más privilegios vamos a tener. Estoy cómoda en el dolor, incluso encuentro placer en él, un cierto alivio. Me genera goce no estar incomodando la mirada ajena. (p. 22)

Desde esta perspectiva, es posible contemplar cómo determinadas exigencias estéticas pueden adquirir un carácter imperioso, promoviendo la necesidad de responder a los estándares de belleza socialmente valorados.

En relación con estas exigencias y su vinculación con la industria estética, Pineda (2022) en su contratapa plantea:

> Quienes no responden a estos estereotipos son víctimas de discriminación, exclusión y violencia, presión social que lleva a las mujeres a someterse a modificaciones estéticas innecesarias, invasivas y riesgosas mediante los productos y servicios ofrecidos por las multimillonarias industrias cosméticas, farmacológicas y quirúrgicas, que lucran con su sufrimiento y que contribuyen a perpetuar la dominación masculina.

Estas dinámicas permiten considerar que la corporalidad no se encuentra por fuera de las relaciones de poder y de los modos de regulación social. En este sentido, resulta pertinente recuperar lo expuesto por Foucault (2002):

> Este cerco político del cuerpo va unido, de acuerdo con unas relaciones complejas y recíprocas, a la utilización económica del cuerpo; el cuerpo, en una buena parte, está imbuido de relaciones de poder y de dominación, como fuerza de producción; pero en cambio, su constitución como fuerza de trabajo sólo es posible si se halla prendido en un sistema de sujeción (en el que la necesidad es también un instrumento político cuidadosamente dispuesto, calculado y utilizado). El cuerpo sólo se convierte en fuerza útil cuando es a la vez cuerpo productivo y cuerpo sometido. (p. 26)

Múltiples dimensiones de la vida son capitalizables; incluso la corporalidad puede ser

incorporada dentro de circuitos de valoración económica. En este sentido, las posibilidades disponibles para intervenir sobre la apariencia se encuentran también condicionadas por los recursos económicos necesarios para financiarlas. El mercado estético no es la excepción.

La belleza es resignificada, ya no se limita a las cualidades naturales sino a las posibilidades pagas. Existe una amplia gama de productos, servicios e intervenciones corporales que permiten modificar distintos aspectos de la apariencia y cuyo acceso se encuentra condicionado, entre otros aspectos, por las posibilidades económicas de los sujetos. La industria de la belleza abarca de este modo una multiplicidad de ofertas y grados de intervención sobre la corporalidad.

De acuerdo con Bermúdez-Bautista et al. (2009), la insatisfacción corporal se relaciona con distintos factores socioculturales, entre ellos la influencia de la publicidad, los modelos estéticos y el grupo de pares. Estos aportes permiten considerar que la disconformidad corpórea no se produce de manera aislada, sino en relación con un entorno en el que circulan determinados modelos y valoraciones sobre la apariencia.

Las exigencias que recaen sobre la corporalidad pueden ser pensadas también en relación con formas de regulación y disciplinamiento de los cuerpos. En este sentido, Foucault (2002) plantea que “se puede hacer presa en el cuerpo de los demás, no simplemente para que ellos hagan lo que se desea, sino para que operen como se quiere, con las técnicas, según la rapidez y la eficacia que se determina” (p. 126). El autor señala, a su vez, que “la disciplina fabrica así cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos ‘dóciles’ ” (p. 126). La noción de disciplina resulta de interés en este punto para interrogar de qué manera determinados ideales corporales pueden operar como referencias frente a las cuales los sujetos regulan sus prácticas sobre la apariencia.

La adecuación a determinados ideales estéticos puede adquirir un valor significativo en las formas de reconocimiento y valoración social de la apariencia. En este sentido, la mirada ajena puede ocupar un lugar relevante en la relación que los sujetos construyen con su propia corporalidad, en tanto responder a ciertos modelos socialmente valorados puede encontrarse asociado con formas de aprobación y reconocimiento externo. Resulta oportuno interrogar entonces hasta qué punto esta búsqueda de reconocimiento participa en las prácticas destinadas a modificar, cuidar o adecuar la apariencia corporal.

La disciplina obra, en este caso, como una vía posible hacia la adecuación a determinados ideales socialmente valorados. Desde esta perspectiva, pueden instalarse ideales

vinculados con la propia imagen que remiten a la constancia, la dedicación y la recompensa asociada a su cumplimiento. En este proceso, la satisfacción y el sentimiento de pertenencia pueden encontrarse vinculados con formas de reconocimiento externo. Esta retribución simbólica permite interrogar el lugar que adquiere la validación ajena en la valoración que los sujetos realizan de su propia apariencia. Resulta de interés considerar, entonces, una posible dinámica en la que la aprobación externa adquiere un lugar prioritario y puede participar posteriormente en la propia aceptación. Bajo este criterio, la mirada del otro puede adquirir una relevancia creciente, extendiéndose más allá del círculo íntimo del sujeto e incluyendo incluso la valoración de desconocidos.

Respecto de la estética y las lógicas económicas, se cree pertinente considerar también la dimensión laboral a partir de los aportes de Edmonds (2010). En este sentido, es posible observar una vinculación entre la valoración estética y sexualizada de los cuerpos femeninos y su inserción en determinadas lógicas mercantiles, donde la apariencia puede adquirir también un valor económico. Esto resulta altamente significativo en relación con la belleza y su funcionalidad comercial, y puede vincularse con lo mencionado previamente respecto de los privilegios que pueden asociarse a determinados atributos considerados atractivos y sus posibles implicancias en el ámbito laboral. En este sentido, aquello que se aleja de la norma estética puede participar también en formas de desigualdad económica y laboral.

En este sentido, Pineda (2022) problematiza la autonomía atribuida a estas decisiones y las sitúa en relación con condiciones sociales, políticas, económicas y comerciales:

> La mayoría de las mujeres que se someten a estos procedimientos estéticos continúan afirmando que su elección es autónoma, un medio para sentirse bien con su cuerpo y de aumentar su autoestima. Desconocen que lo que consideran belleza ha sido construido e impuesto con fines políticos, económicos, sociales y comerciales, en el contexto de una sociedad patriarcal que considera a la mujer un objeto y un sistema capitalista que la considera un negocio; que exige y promueve en las mujeres la modificación estética y corporal, y que las induce a estar bellas para morir. (p. 13)

No es una novedad que existen múltiples modos de intervenir la corporalidad mediante su transformación en términos físicos. Es posible relacionar estas posibilidades con la aspiración a modificar aquello que se percibe alejado del ideal: ser quien no se es, en tanto se realizan procedimientos quirúrgicos para modificar los rasgos faciales o la silueta física, o querer volver a ser quien ya no se es, mediante productos o servicios que prometen

recuperar el colágeno que el tiempo ha hurtado. Estas prácticas permiten interrogar la distancia entre la corporalidad propia y aquella presentada como deseable, así como el lugar que adquiere aquello que falta frente al ideal corporal.

Se observa cierta presencia y popularización de los complejos e inseguridades vinculados con la apariencia en la sociedad, destinando especial atención a estos. Estos complejos podrían ser resignificados, entre muchas otras formas, mediante la aceptación de las peculiaridades corporales personales; sin embargo, en aquellos contextos económicos que lo permiten, aparece también como respuesta la posibilidad de intervenir aquello que genera disconformidad mediante los productos, tratamientos y procedimientos que ofrece el mercado estético. El acceso a estas opciones se encuentra limitado por los recursos y las posibilidades financieras de los sujetos. Resulta interesante contemplar entonces cierta tensión entre la elaboración de aquello que incomoda de la propia corporalidad y la posibilidad, actualmente disponible, de modificarlo físicamente.

Como se mencionaba, el cuerpo es entonces escenario y testigo de transformaciones, tanto de cambios que suceden conforme avanza la vida como de otros actualmente posibles mediante distintas formas de intervención. La era tecnológica en la que nos encontramos insertos amplía las posibilidades de que el propio cuerpo sea intervenido, diseñado y ajustado de acuerdo con aquello que el consumidor busca modificar.

La tecnología también participa en esta dimensión, los avances en materia de ciencia suponen desafíos constantes de los límites de lo posible, y la tecnología no es sin medios capitales ni subvenciones.

Existen múltiples inversiones en lo corpóreo que permiten acceder a distintos grados de intervención sobre la apariencia, algunas de las cuales pueden implicar riesgos significativos para quienes se someten a ellas. Estos riesgos pueden alcanzar consecuencias graves e incluso, en determinados casos, comprometer la propia vida. Si bien el conocimiento y la percepción de estos riesgos pueden variar entre los sujetos, resulta interesante contemplar que la circulación de advertencias y consecuencias adversas no necesariamente desalienta la búsqueda de determinadas modificaciones estéticas. En este sentido, es posible interrogar qué lugar adquiere el ideal corporal cuando la posibilidad de aproximarse a este convive incluso con señales de riesgo para la propia integridad.

Los implantes, las extracciones, los aumentos y las cirugías forman parte de las múltiples posibilidades actuales de modificación corporal. Estas intervenciones no se encuentran por

fuera de las tendencias estéticas que circulan socialmente y pueden participar también de un circuito económico en el que determinados rasgos corporales adquieren especial valoración.

Se considera que existe cierto circuito acumulativo establecido entre dichas prestaciones; algunos productos precisan de otros para potenciar su efecto, mientras que otros pueden conducir a la búsqueda de nuevas alternativas que prometen mejores resultados. A su vez, aparecen constantemente líneas renovadas de productos y servicios que ofrecen nuevas posibilidades frente a aquello que todavía no ha alcanzado el resultado anhelado. De este modo, el consumo estético puede adquirir cierto carácter acumulativo, en tanto una respuesta no necesariamente clausura la búsqueda sino que puede abrir paso a nuevas posibilidades de intervención y consumo.

Resulta interesante interrogar qué lugar ocupan las inseguridades vinculadas con la apariencia dentro de este circuito y de qué manera las promesas de modificación pueden participar en la configuración de nuevas necesidades de consumo. Esta dinámica puede asociarse con las exigencias de los ideales estéticos y con los posibles efectos que estos adquieren en la percepción de sí. Desde esta perspectiva, la violencia estética puede adquirir formas menos explícitas que otras modalidades de violencia, sin que por ello deban subestimarse sus posibles alcances.

En este sentido, las prácticas vinculadas con la apariencia no necesariamente pueden comprenderse únicamente desde la imposición externa. Las sociedades contemporáneas también se encuentran atravesadas por una creciente valorización de la elección individual, la singularidad y la posibilidad de decidir sobre el propio cuerpo. Sin embargo, esta ampliación de las posibilidades de elección convive con una oferta cada vez más diversificada de productos y servicios destinados a la apariencia. Esta tensión resulta de interés para pensar el consumo estético, ya que aquello que puede ser experimentado por los sujetos como una decisión personal se produce, al mismo tiempo, dentro de determinadas condiciones sociales, culturales y económicas.

En esta línea, Lipovetsky (1986) caracteriza la cultura posmoderna por la coexistencia de tendencias diversas y por una ampliación de las posibilidades de elección, vinculando este proceso con el desarrollo del individualismo. Desde esta perspectiva, resulta posible interrogar la aparente contradicción entre la búsqueda de singularidad y la permanencia de determinados ideales estéticos compartidos socialmente: ¿cómo se construye la búsqueda de una apariencia individual y diferenciada cuando las posibilidades disponibles se

encuentran, a su vez, atravesadas por modelos de belleza socialmente valorados?

En este sentido, la importancia otorgada a la apariencia física puede requerir inversiones económicas que, para algunos sujetos, adquieren cierto carácter de necesidad. La adquisición de productos y servicios vinculados con la apariencia puede encontrarse socialmente valorada, mientras que su ausencia puede asociarse, en determinados contextos, con ideas de descuido personal.

De este modo, la presión social adquiere un lugar relevante para pensar la relación entre violencia estética, consumo y validación de la apariencia. Estas dinámicas permiten interrogar hasta qué punto determinadas prácticas de consumo estético pueden sostenerse no sólo en elecciones individuales, sino también en la búsqueda de reconocimiento tanto propio como externo.

Es decir, determinadas inversiones económicas destinadas a la apariencia física pueden convertirse, para algunos sujetos y en determinados contextos socioculturales, en una fuente de validación vinculada con la propia imagen. La no destinación de recursos económicos a estas prácticas puede asociarse, a su vez, con prejuicios y connotaciones negativas vinculadas, por ejemplo, con el descuido de la apariencia. De este modo, la presión social adquiere un lugar relevante para pensar la violencia estética tanto a nivel psicológico como social. Estas dinámicas permiten interrogar la relación entre consumo estético y formas de validación tanto interna como externa.

Las preocupaciones en relación con la apariencia física pueden ser múltiples, las revisiones pueden volverse constantes ante lo anómalo o lo distinto y la necesidad de pertenecer a los estándares sociales de belleza puede adquirir especial relevancia. Por eso, los gastos requeridos pueden adoptar, para algunas personas, un sentido de solución; bajo esta lógica, el consumo no se percibe como sustento de próximas exigencias y circuitos acumulativos, sino como un recurso satisfactorio pasajero. Algunos sujetos son capaces de realizar las intervenciones necesarias para enlentecer el envejecimiento, evitar aumentar de peso, tonificar los músculos, entre otras opciones de un catálogo interminable de modificaciones estéticas.

Publicidad, medios y redes sociales como espacios de circulación

Un punto que merece su profundización es el relativo a la lógica publicitaria y sus modos de

circulación. La publicidad participa en la difusión constante, tanto virtual como presencial, de imágenes que pueden encontrarse distorsionadas respecto de la realidad, mediante figuras editadas, modelos con intervenciones estéticas, entre otras. En palabras de Pineda (2022) “Es posible considerar cinco épocas de los cánones de belleza de acuerdo a la fuente de su producción y divulgación: [...] los producidos en la actualidad por las redes sociales” (p. 105). De este modo, los sujetos pueden encontrarse expuestos a una revisión de los atributos personales bajo altos grados de exigencia, debido a los contrastes con los que efectúan comparaciones. Lo hegemónico puede adquirir así valoración, reconocimiento y privilegio, mientras que aquello ajeno a la norma hegemónica puede encontrarse expuesto a formas de discriminación, rechazo y exclusión; esto también permite pensar la violencia estética. Fardouly y Vartanian (2015) exponen la relevancia que adquiere la comparación de la apariencia frente a referencias estéticamente idealizadas.
Las plataformas digitales en este sentido habilitan y promueven el acto de comentar en la sección destinada a ello, permitiendo que se expresen opiniones acerca de lo ajeno prácticamente sin límites ni restricciones. Este acto, ya sea desde el plano virtual como en el real, es plausible de generar sensibilidades en los receptores de dichos comentarios. La valoración diferencial de los cuerpos puede expresarse también mediante comentarios, críticas y juicios acerca de la apariencia ajena. Estas prácticas pueden encontrarse naturalizadas en la vida cotidiana y establecer diferencias entre aquellas corporalidades que se aproximan a los ideales valorados y aquellas que se alejan de ellos.

Una máxima de este fenómeno en la actualidad puede observarse mediante las nuevas técnicas de publicidad a través de las grandes plataformas digitales: los *influencers*. Los mismos pueden abarcar una multiplicidad de temáticas y ejes sobre los que basan su influencia; en este caso, una gran cantidad transmite mensajes acerca de la estética y publicita marcas que buscan, mediante ellos, un alcance mayor. Esta lógica lucrativa puede otorgar oportunidades laborales a los sujetos también a partir de la valoración de su apariencia estética, que puede convertirse en una herramienta de promoción y venta. Desde la virtualidad se establece cierta cercanía entre los *influencers* y sus consumidores, mediante la cual se publicitan servicios y productos que pueden ser presentados como parte de los recursos utilizados para alcanzar o mantener determinada apariencia. El mensaje puede recaer entonces en la posibilidad de aproximarse a la estética ajena mediante la inversión económica en prestaciones similares. Esto puede fomentar la comparación, la idealización y la influencia sobre la propia valoración corporal.

Un claro caso es el referido a las redes sociales, donde se hacen públicos ciertos contenidos que son sometidos posteriormente a la crítica y evaluación de los otros. La

interacción que se instala respecto del contenido puede encontrarse atravesada por las mismas normas: se acepta o se rechaza conforme se aproxime o se aleje de aquello considerado estereotipadamente correcto, aceptable o insuficiente. En este sentido, la búsqueda de aprobación externa puede adquirir especial relevancia en los mecanismos de valoración y juicio social, tanto en las redes como fuera de ellas.

Capítulo III

Ideales estéticos, relación con el propio cuerpo y malestar psicológico

> "Me miraba en el espejo y me sobrecogía de horror al no reconocerme. […] Cada uno de estos encuentros era como un golpe en la cabeza. Siempre me dejaba aturdido, mudo e insensible, hasta que lenta y tercamente volvía a invadirme mi persistente y robusta ilusión de bienestar y belleza personal; olvidaba la irrelevante realidad y estaba desprovisto y vulnerable otra vez."
>
> (Goffman, 2006, p. 19)

Presión sociocultural e internalización de los ideales estéticos

En relación con lo expuesto en los capítulos anteriores, esta multiplicidad de señalamientos, acusaciones e interrogantes hacia la apariencia física de los sujetos, en general, y de las mujeres, en particular, permite interrogar las posibles afectaciones psicológicas vinculadas con el fenómeno denominado violencia estética.

El hostigamiento al que pueden encontrarse sometidos los sujetos puede repercutir en la propia subjetividad y en los modos de significar la estética y la belleza. El contacto permanente con la propia corporalidad y su comparación con los modelos hegemónicos normativos puede adquirir especial relevancia en la relación que los sujetos establecen con su propia imagen y vincularse con distintas formas de malestar psicológico.

En relación con estas exigencias estéticas y sus posibles consecuencias, Pineda (2022) lo expone crudamente:

> El machismo mata, con palabras y con balas, con golpes y con armas, con cuchillos y con hachas, con violencia explícita y solapada; pero los estereotipos de belleza que el machismo ha impuesto también matan. A las mujeres, desafiar el patriarcado les cuesta la vida, pero aceptarlo y adaptarse a su mandato también. (p. 157)

La búsqueda de aceptación propia y de validación ajena puede cobrar múltiples formas, entre ellas el deseo de ser lo que no se es y el afán por alcanzar, igualar o superar aquello valorado en los otros. En este proceso, la comparación puede adquirir especial relevancia en la valoración que los sujetos realizan de sí mismos y de su propia corporalidad.

La subestimación propia puede encontrarse vinculada con el cuestionamiento de los atributos personales y con la comparación respecto de otros. Resulta pertinente mencionar en esta línea que, de acuerdo con Fardouly y Vartanian (2015), la comparación de la apariencia se encuentra asociada con la insatisfacción corporal en las mujeres.

De este modo, la confianza y la propia estima pueden verse afectadas por un entorno en el que circulan exigencias y valoraciones constantes respecto de la apariencia. La exposición a estos modelos y la comparación con ellos pueden adquirir relevancia en el modo en que los sujetos valoran su propia corporalidad.

Estas afectaciones y tensiones pueden expresarse de múltiples modos. Es posible identificar ansiedad y preocupaciones persistentes en relación con la propia corporalidad, así como conductas vinculadas con la alimentación o el ejercicio físico. En algunos casos pueden presentarse restricciones, compensaciones o una relación conflictiva con el ejercicio, entre otras formas en las que el malestar vinculado con la propia imagen puede exteriorizarse. También pueden aparecer preocupaciones reiteradas respecto de determinados rasgos corporales, acompañadas de la constante visualización y comparación del propio cuerpo con otros. Así lo indican Schaefer et al. (2015), quienes permiten considerar la relación entre los ideales de apariencia, la insatisfacción corporal y determinadas conductas alimentarias**.**

Comparación, vigilancia y relación con el propio cuerpo

Las examinaciones constantes de la propia imagen y la corporalidad pueden convertirse en formas reiteradas de vigilancia sobre la apariencia. Estas preocupaciones pueden generar angustia, agotamiento y desánimo, especialmente cuando la propia imagen es sometida a una revisión y comparación constantes. En este sentido, Fredrickson y Roberts (1997) permiten considerar cómo la vigilancia habitual de la apariencia puede afectar la relación que las mujeres establecen con su propio cuerpo.

Resulta interesante analizar cómo la aspiración a determinadas características corporales puede entrar en tensión con la valoración de lo único y singular. Se determinan características puntuales que tienden a ser aspiradas e idealizadas socialmente, mientras otras son subestimadas. Podría decirse que, bajo esta lógica, pierde valor la concepción del ser humano como único e irrepetible. Mismas proyecciones nasales, implantes mamarios idénticos, iguales dosis de hialurónico en labios, entre un sinfín de variantes. Las corporalidades aparecen así como susceptibles de modificación, orientadas hacia la

reproducción de determinados rasgos estéticos.

La estética y la salud pueden aparecer vinculadas en determinadas valoraciones sociales sobre los cuerpos. Ciertos rasgos asociados a los ideales de belleza pueden ser interpretados también como indicadores de bienestar, mientras que aquellos que se alejan de estos modelos pueden dar lugar a apreciaciones acerca del estado de salud de los sujetos. Esta vinculación puede resultar simplista y reduccionista, en tanto determinadas cualidades físicas son interpretadas a partir de estereotipos normativos de la apariencia. Es posible observar en situaciones cotidianas, mediante comentarios o interrogantes acerca del aspecto de los otros. La palidez, las ojeras o un aspecto considerado “cansado”, por ejemplo, pueden dar lugar a preguntas y atribuciones acerca del bienestar o la salud de una persona basadas principalmente en su apariencia.

Estas asociaciones no son necesariamente infundadas, ya que la apariencia corporal puede manifestar rasgos vinculados con determinadas condiciones de salud. Sin embargo, es necesario distinguir que no todas las exteriorizaciones corporales que se alejan del estándar estético implican afecciones o padecimientos reales. Cuando estas atribuciones se encuentran atravesadas por prejuicios y estereotipos respecto de la apariencia, pueden convertirse en formas de valoración y señalamiento sobre los cuerpos. Cabe cuestionar entonces: ¿qué implicaciones subjetivas e impactos emocionales puede suponer la atribución reiterada de enfermedades o padecimientos a sujetos cuya apariencia simplemente no se adapta a lo esperado?

Las imperfecciones corpóreas pueden ser consideradas errores plausibles de ser revertidos o intervenidos mediante las posibilidades que ofrece el mercado estético. Algunas prácticas vinculadas con la búsqueda de determinados ideales de belleza pueden implicar sacrificios, privaciones, esfuerzos e incluso dolor. El cuerpo atraviesa estas experiencias y puede quedar sometido a distintas formas de intervención orientadas a modificar aquellos rasgos considerados imperfectos o alejados de los modelos estéticos dominantes. Esto permite interrogar hasta qué punto la búsqueda de la belleza puede llegar a tensionarse con el cuidado de la propia salud.

Se interroga entonces: ¿hasta dónde está dispuesto el sujeto a modificar su propia apariencia cuando determinadas prácticas pueden implicar riesgos o consecuencias para su salud física y mental? Esta pregunta permite considerar las tensiones que pueden producirse entre el cuidado de la salud y la búsqueda de determinados ideales estéticos. Algunas prácticas de modificación corporal pueden encontrarse naturalizadas y

normalizadas socialmente, por lo que resulta pertinente interrogar los límites que adquieren estas exigencias sobre los cuerpos. En este sentido, se incorporan una vez más los aportes de Pineda (2022):

> La imposición de cánones de belleza y las múltiples y sistemáticas formas de presión ejercidas contra las mujeres para responder a dichos estereotipos las empujan inevitablemente a la modificación estética, como una forma de evitar la discriminación, la violencia, el rechazo de familiares, amigos, grupos de pares y parejas; pero también para sortear la exclusión en los ámbitos educativos, laborales y en las diferentes interacciones cotidianas. Empero, en esta búsqueda de aceptación, algunas mujeres solo llegan a conseguir la muerte. (pp. 157–158)

La estética puede implicar, en cierto modo, una constante lucha contra lo inevitable, es decir, un combate contra las supuestas injurias del paso del tiempo sobre la piel y el cuerpo.

Insatisfacción corporal y posibles formas de malestar psicológico

La amenaza que esto puede suponer a nivel social es que las concepciones en materia de salud sean revalorizadas desde una perspectiva simplista, en la cual la belleza adquiere mayor relevancia que el bienestar y, por consiguiente, determinadas prácticas puedan implicar riesgos para la salud a costa de la estética.

Una situación ilustrativa de esta tensión entre estética y salud es la relativa a los consentimientos prequirúrgicos de los procedimientos estéticos, es decir, la enumeración de contraindicaciones y posibles impactos negativos de las intervenciones que los pacientes conocen antes de someterse a tales procedimientos. Estos pueden incluir, entre sus posibles consecuencias, incluso la propia muerte.

Se establece entonces una fina línea entre determinadas concepciones de salud y de estética, que puede habilitar asociaciones simplistas entre lo sano y lo bello, así como entre lo enfermo y lo considerado feo. Aquello que escapa de lo normativo, de lo hegemónico y de lo bello puede quedar expuesto a valoraciones, señalamientos y atribuciones respecto de la propia apariencia. Estas vinculaciones pueden favorecer formas de diferenciación y rechazo hacia aquellas corporalidades que se alejan de los modelos estéticos esperados.

Son, por lo tanto, las exigencias, los deseos y las aspiraciones un cúmulo capaz de generar frustraciones constantes. Las expectativas pueden ser depositadas con gran anhelo en soluciones, muchas veces temporales, que prometen satisfacer deseos sostenidos en el tiempo. Estas presiones, de origen sociocultural, pueden ser apropiadas por el sujeto y adquirir la forma de demandas individuales, en una búsqueda constante por alcanzar aquellos ideales estéticos que han sido internalizados.

Es por esto que se destaca la importancia de mencionar que el malestar incrustado en el sentir del ser puede adquirir relevancia en materia de salud mental, ya que los ideales estéticos geoecosociohistóricos participan de las formas de significar y valorar los cuerpos, estableciendo un vínculo estrecho entre la subjetividad y la violencia estética.

No satisfacer dichas demandas externas puede suponer frustración e impotencia que repercuten a nivel personal e interpersonal. La baja autoestima puede constituir una de las manifestaciones posibles de estas condiciones de autocrítica constante y perseverante.

La inalcanzable búsqueda de la perfección, los estándares utópicos y los cuidados inasequibles conforman un camino tupido de frustraciones, en el que puede adquirir especial relevancia el sentimiento de pertenencia. Una pertenencia que no es precisamente tangible ni verídica, sino una suma de pretensiones ajenas que desde las individualidades se pretende alcanzar, para lograr, en este orden, ser entonces sujetos de deseo para otros.

Aceptar la propia imagen y valorarla así, con los complejos e inseguridades que esta pueda suponer, significa cuestionar los mandatos y oponerse a las exigencias y presiones sociales. Se trata de un desafío que también permite interrogar qué ideales y valoraciones sobre los cuerpos son transmitidos a las futuras generaciones y de qué manera puede continuar propagándose una idea distorsionada de aquello que resulta deseable.

Se indaga a propósito: ¿quiénes delimitan lo deseable? ¿Bajo qué lógicas?

Consideraciones finales

Es a partir de lo expuesto que se retoman las líneas de pensamiento desarrolladas para concluir este ensayo. La presión estética no resulta una novedad en la contemporaneidad; sin embargo, sus formas de circulación, sus exigencias y las múltiples maneras en que atraviesa la relación de los sujetos con sus propias corporalidades permiten comprender que no se trata únicamente de un problema de apariencia. Tampoco se limita a una cuestión de consumo, moda o elecciones individuales. La violencia estética interpela cuerpos, instala exigencias, delimita aquello que resulta deseable y participa de los modos en que los sujetos observan, comparan, vigilan y valoran su propia imagen.

Es decir, este escrito abre una forma de comprender la violencia estética como un fenómeno social, cultural, económico, de género y también psicológico. El ensayo no pretende clausurar las discusiones en torno a ella ni ofrecer respuestas definitivas; por el contrario, pretende abrirlas. Su aporte consiste en desplazar la mirada de aquello que simplemente se ve hacia aquello que acontece en la relación del sujeto con su propio cuerpo. Porque las exigencias estéticas contemporáneas no sólo señalan cómo debería verse un cuerpo, también pueden participar en los modos de sentirlo, valorarlo, rechazarlo, vigilarlo e incluso intervenirlo.

Es entonces allí donde la Psicología tiene algo para interrogar, escuchar y aportar. ¿Qué sucede cuando aquello que se presenta socialmente como un ideal comienza a funcionar como una exigencia sobre la propia corporalidad? ¿Qué ocurre cuando la comparación deja de estar únicamente frente a los ojos y comienza a formar parte de la valoración que el sujeto realiza de sí mismo? ¿Qué formas de malestar pueden emerger cuando el cuerpo propio es sometido a una revisión constante frente a modelos que parecen encontrarse siempre un paso más adelante?

La perspectiva de género resulta esencial en esta comprensión, ya que las exigencias estéticas no circulan de forma neutral ni recaen del mismo modo sobre todas las corporalidades. Las feminidades han sido particularmente atravesadas por mandatos que determinan qué cuerpos merecen ser mirados, reconocidos, deseados o aceptados y cuáles requieren ser corregidos, ocultados o modificados. De esta forma, el malestar relacionado con la corporalidad no puede quedar reducido únicamente a una dificultad individual, a una cuestión de autoestima o a una elección propia de consumo. Hacerlo supondría desprender al sujeto de las tramas sociales, culturales y económicas en las que esos ideales adquieren sentido.

Es en este sentido que esta producción introduce cuestionamientos constantes, cuya

finalidad no reside en elaborar resoluciones específicas, sino en sostener una problematización que habilite críticas reflexivas. Los ideales no aparecen espontáneamente, tampoco circulan en el vacío. Son reproducidos, valorados, consumidos y transformados dentro de determinadas lógicas sociales, culturales y económicas. Se trata entonces de una invitación a desnaturalizar aquello que, por cotidiano, reiterado o incluso deseado, puede dejar de ser interrogado. Se cuestiona a propósito: ¿qué hace el sujeto con los ideales?, pero también ¿qué hacen los ideales con el sujeto?

Las presiones socioculturales pueden ser apropiadas por los sujetos, transformándose en exigencias respecto de la propia apariencia. La comparación, la vigilancia y la insatisfacción corporal permiten observar que la distancia entre aquello que la sociedad propone y aquello que el sujeto experimenta frente al espejo no siempre resulta inocua. ¿Cuánto de elección propia existe cuando aquello que se desea modificar coincide exactamente con aquello que socialmente se señala como imperfecto? ¿Hasta dónde una posibilidad de transformación permanece siendo posibilidad y en qué momento comienza a experimentarse como necesidad?

Es allí donde este trabajo procura realizar un aporte a la Psicología. No únicamente en la identificación de posibles formas de malestar, sino en la posibilidad de comprenderlas sin aislarlas de las condiciones que participan en su producción y sostenimiento. Escuchar el padecimiento supone también interrogar los mandatos, las comparaciones, los señalamientos y las formas de valoración que atraviesan la experiencia de habitar un cuerpo. La Psicología puede aportar entonces espacios de escucha, problematización y elaboración que no reduzcan estas experiencias a una dificultad estrictamente individual.

Esta perspectiva abre también posibilidades para pensar futuras intervenciones e investigaciones. Interrogar los mandatos estéticos internalizados, problematizar las formas rígidas y restrictivas de relación con la propia corporalidad y habilitar otras posibilidades de valoración del cuerpo constituyen líneas posibles para continuar pensando desde una perspectiva psicosocial. No se presentan aquí recetas ni soluciones definitivas, porque hacerlo implicaría clausurar aquello que este ensayo precisamente pretende mantener abierto.

Visibilizar la violencia estética supone también incomodar aquello que se ha vuelto cotidiano. El comentario aparentemente inocente, la comparación, la mirada, la corrección ofrecida como consejo, la imperfección transformada en problema y la solución disponible para comprar constituyen escenas que merecen ser interrogadas. ¿Cuánto de aquello que se considera una decisión estrictamente individual ha sido previamente delimitado como deseable? ¿Quién determina qué corporalidades necesitan ser corregidas? ¿Quiénes se

benefician de que nunca parezcan suficientemente corregidas?

Es de este modo, entonces, que más que concluir la discusión, el ensayo pretende dejarla incómodamente abierta. Porque quizás la pregunta no resida únicamente en cuánto está dispuesto el sujeto a modificar de su cuerpo para alcanzar un ideal, sino también en cuánto lugar estamos dispuestos a concederle a ese ideal dentro de la experiencia de habitarlo. ¿Es posible habitar el propio cuerpo sin que las exigencias de aquello que deberíamos ser terminen ocupando por completo el lugar de aquello que somos?

Referencias bibliográficas

Beauvoir, S. (2019). *Escritos feministas* (M. Hincapié Ochoa & L. Sánchez Marín, Trads.). Ennegativo Ediciones.

Bermúdez-Bautista, S. M., Franco-Paredes, K., Álvarez-Rayón, G., Vázquez-Arévalo, R., López-Aguilar, X., Ocampo Téllez-Girón, M. T., Amaya-Hernández, A., & Mancilla-Díaz, J. M. (2009). El rol de la insatisfacción corporal e influencia de grupo de pares sobre la influencia de la publicidad, los modelos estéticos y dieta. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología, 1*(1), 9–18. https://doi.org/10.32870/rmip.v1i1.275

Bleichmar, S. (2003, julio). *Acerca de la subjetividad* [Conferencia]. https://silviableichmar.com/conferencia-silvia-bleichmar-acerca-de-la-subjetividad/

Butler, J. (2007). *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad* (M. A. Muñoz, Trad.). Paidós.

Edmonds, A. (2010). *Pretty modern: Beauty, sex, and plastic surgery in Brazil*. Duke University Press.

Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2015). Appearance comparisons and body image in women's everyday lives. *Journal of Eating Disorders, 3*(Suppl. 1), O20. https://doi.org/10.1186/2050-2974-3-S1-O20

Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión*. Siglo XXI. (Trabajo original publicado en 1975).

Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly, 21*(2), 173–206. https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x

Goffman, E. (2006). *Estigma: La identidad deteriorada*. Amorrortu.

Kukkonen, I., Pajunen, T., Sarpila, O., & Åberg, E. (2024). Is beauty-based inequality gendered? A systematic review of gender differences in socioeconomic outcomes of physical attractiveness in labor markets. *European Societies, 26*(1), 117–148. https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2210202

Lamas, M. (1995). Usos, dificultades y posibilidades de la categoría género. *Revista de*

Estudios de Género, La Ventana, (1), 10–61. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5202276.pdf

Lamas, M. (1996). La perspectiva de género. En *Hablemos de sexualidad: Lecturas* (3.ª ed.). CONAPO/Mexfam. https://www.osplad.org.ar/generos/pdf/Perspectiva-Genero-Marta-Lamas.pdf

Lipovetsky, G. (1986). *La era del vacío: Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Anagrama.

Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. (J. Cabanes, Trad.). Planeta-De Agostini.

Omari, S. K., Mosses, L. I., & Mwanjali, H. H. (2026). Body shaming and women's mental health: Public health challenge for gender equity—A perspective article. *Health Science Reports, 9*(7), e72604. https://doi.org/10.1002/hsr2.72604

Pineda, E. (2022). *Bellas para morir: Estereotipos de género y violencia estética contra la mujer*. Prometeo Libros.

Schaefer, L. M., Burke, N. L., Thompson, J. K., Dedrick, R. F., Heinberg, L. J., Calogero, R. M., Bardone-Cone, A. M., Higgins, M. K., Frederick, D. A., Kelly, M., Anderson, D. A., Schaumberg, K., Nerini, A., Stefanile, C., Dittmar, H., Clark, E., Adams, Z., Macwana, S., Klump, K. L., … Swami, V. (2015). Development and validation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4). *Psychological Assessment, 27*(1), 54–67. https://doi.org/10.1037/a0037917

Wolf, N. (1991). *El mito de la belleza* (C. Reynoso, Trad.). William Morrow and Co.

Yatche, C. (2023). *Consumidas*. Galerna.