

# otra COMUNICACION es posible y necesaria

## CUERPO & DANZA ARMONIZADORA

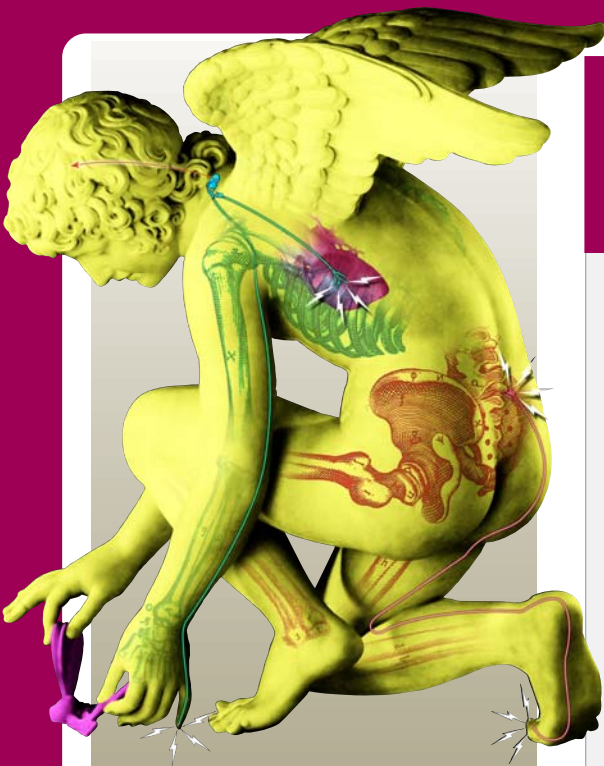
- SENSOPERCEPCION
- FELDENKRAIS
- EUTONIA
- BIOPOLITICA
- ESFEROKINESIS

## INFORME Y NOTA POSTER LA PIEL

- TACTO Y CONTACTO
- MUCOSAS
- PELO Y UÑAS
- DERMATOMAS



# CUANDO DUELE DONDE NO ES



### En tapa:

"Cupido anatómico"  
Intervención gráfica  
de Rubén Longas + Julia Pomiés  
sobre una escultura de  
Denis-Antoine Chaudet  
(Francia, 1763 - 1810).



### JORNADAS DE CLASES GRATUITAS DE FELDENKRAIS 2026

La Asociación Argentina Feldenkrais se prepara para las tradicionales clases que las y los profesionales ofrecen de forma gratuita en mayo

En el marco de las celebraciones que se realizan por el aniversario del nacimiento de Moshe Feldenkrais, la Asociación Feldenkrais Argentina (AFA) organiza las Jornadas Feldenkrais 2026 que se llevarán a cabo entre el 6 y el 16 de mayo.

Durante esos días se ofrecerán clases gratuitas abiertas a la comunidad con el objetivo de dar a conocer la práctica y establecer contacto con quienes desean realizarlas. Este encuentro se viene organizando desde hace más de 25 años, época en que se graduó la primera formación de profesionales del Método en Argentina en 1998.

Dentro de las actividades previstas se realizará una apertura el día 6 de mayo de forma virtual, mientras que las clases se desarrollarán desde el sábado 9 hasta el sábado 16 de mayo.

¡Todas las novedades serán difundidas a través de las redes sociales de la asociación!

Para más información ingresar a <https://feldenkrais.org.ar/>  
Instagram: @argentinafeldenkrais

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)

- Artículos especializados.
- Agenda actualizada de cursos, talleres y actividades gratuitas.
- Sumario ampliado de la última edición y sumarios completos de las ediciones anteriores.
- Datos para la suscripción anual y detalle de beneficios para suscriptor@s.
- Suscripción al newsletter mensual con novedades de Kiné y del campo de lo corporal.
- Información para la solicitud de compra de ejemplares de la colección.
- Y toda la Guía 2026 con los vínculos (links) activos hacia las direcciones de mail y páginas web de los anunciantes.

DISPONIBLE EN  
[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)

SUPLEMENTO ANUAL • GRATUITO

**Guía 2026**  
**Kiné DE LO CORPORAL**  
Año XXXIV - N° 34  
www.revistakine.com.ar  
EDICION ANUAL GRATUITA

ARTETERAPIA	EUTONIA
BIOENERGETICA	PSICODRAMA
CLINICA CORPORAL	EXPRESION CORPORAL
CUERPO Y ARTES ESCÉNICAS	GIMNASIA CONSCIENTE
CUERPO Y VOZ	MASAJES
DANZA ARMONIZADORA	MASCARAS
DANZA BUTOH	METODO FELDENKRAIS
DANZA COMUNITARIA	QI GONG
DANZA INTEGRADORA	SHIATZU KAN GEN RYU
DANZATERAPIA	SENSOPERCEPCIÓN
EMBARAZO Y PARTO	SISTEMA RIO ABIERTO
ESFERODINAMIA	YOGA

**CARRERAS CURSOS PROFESIONALES**

- EXPRESION CORPORAL •DANZA •DANZATERAPIA •ANATOMIA•
- TERAPIA CORPORAL •CREATIVIDAD •CORPODRAMA •MASAJES•
- KINESIOLOGIA •GIMNASIA CONSCIENTE •ESFERODINAMIA•
- CENTROS DE ENERGIA •EUTONIA •BIOENERGETICA •SHIATZU•
- METODO FELDENKRAIS •PSICODRAMA • QI GONG •MASCARAS•
- OSTEOPATIA •TAI CHI •REFLEXOLOGIA• ARTETERAPIA • YOGA•

Esta guía permanecerá disponible durante todo el año 2026 para consultarla o descargarla gratuitamente

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)



### SUSCRIPCIÓN ANUAL DIGITAL

A partir del año 2020 inauguramos la posibilidad de suscripción a las ediciones digitales. La suscripción anual incluye las **5 ediciones de cada año** y la **Guía Anual de Carreras, Cursos y Profesionales**. Las nuevas suscripciones reciben, además, la versión digital de **dos libros de la Colección Kiné Biblioteca**. Y **5 posters digitales correspondientes a la serie de "Cadenas Musculares"**.

**\$20.000.- por todos los ejemplares del año 2026**

**El modo de pago en Argentina:** depósito o transferencia a la cuenta N° 13874/6. Caja de Ahorro en Pesos. Banco Provincia de Buenos Aires Sucursal 04007. CBU: 0140007603400701387469. **ALIAS:** revistakine. **IMPORTANTE:** enviar el comprobante de pago con el nombre completo a [kine2@revistakine.com.ar](mailto:kine2@revistakine.com.ar)

Para suscripciones anuales internacionales U\$S 20.- consultar por e-mail a [kine2@revistakine.com.ar](mailto:kine2@revistakine.com.ar)

A esa misma dirección se puede solicitar la compra de ejemplares de la colección.

Seguinos en: KINÉ la revista de lo corporal @kine.revista

**Kiné**®

la revista de lo corporal

año 35 - n° 171  
20 de abril al 20 de junio 2026

editor  
**Carlos Alberto Martos**  
dirección periodística  
**Julia Noemí Pomiés**  
diseño, arte y diagramación  
**Rubén Longas + Julia Pomiés**

asesoran  
Susana Kesselman - Elina Matoso  
Carlos Trosman - Olga Nicosia  
Marta Jáuregui - Raquel Guido

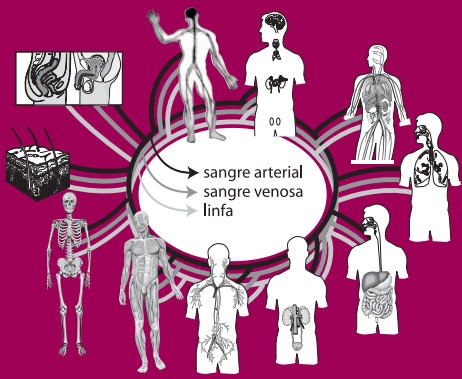
### sumario

- Informe "Sistema de Sistemas" LA PIEL - SISTEMA TEGUMENTARIO**
- 3** Origen, funciones y disfunciones  
*Julia Pomiés*
- 5** NOTA - POSTER CUANDO DUELE DONDE NO ES  
*Julia Pomiés, Olga Nicosia, Rubén Longas*
- 6** Lo que muestra la piel  
*Carlos Trosman*
- 7** Tocar y ser tocad@s  
*Silvia Mamana*
- 8** Lo epidérmico  
*Susana Kesselman*
- 8** Escuchar con la piel  
*Emiliano Blanco*
- Informe Biopolítico: OTRA COMUNICACIÓN ES POSIBLE... Y NECESARIA**
- 9** Sobra y falta información  
*Julia Pomiés*
- 11** Comunicación incomunicada  
*Carlos Martos*
- 12** Sin presencia  
*Mirtha Barnils, Gabriela Prosdocimi*
- 13** Escucha con empatía  
*Gabriela González López*
- 14** Desde los movimientos sociales  
*Christian Dodaro*
- 15** Los cuerpos informan  
*Celeste Choclin*
- 17** El borde de la identidad  
*Carlos Trosman*
- 18** El sonido de tu verdad  
*Paola Grifman*
- ADEMÁS**
- 19** Método Feldenkrais  
*Mara Borhardt entrevista a Phil Unseld*
- 20** Kiné desde Chaco: Biodanza (3)  
*Marian Villaverde*

- En la sección CUERPO &**
- 22** Cartografías de una experiencia  
*Daniela Yutzis reseña el libro "Memorias de Expresión Corporal" (Patricia Stokoe, Déborah Kalmar)*
- 23** Correo para Kiné  
*Cecilia Glaz*
- 24** Semana de la Sensopercepción  
*Déborah Kalmar, Daniela Yutzis, Inés Rossetti*
- 26** 40° Aniversario del Grupo de Danza-Teatro de la UBA  
*Dulcinea Segura Rattagan*
- 27** guía de profesionales y cursos
- 30** agenda

**Kiné® la revista de lo corporal**, es propiedad de Julia Noemí Pomiés. Las opiniones expresadas en los artículos firmados son responsabilidad de sus autores. Se permite la difusión y reproducción de este material, con la autorización correspondiente y citando la fuente. Registro Nacional de la Propiedad Intelectual N° 5300347 - ISSN 2346-9412. Redacción y publicidad: Marechal 830, 11° A (1405) CABA - [www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar) - 49812900

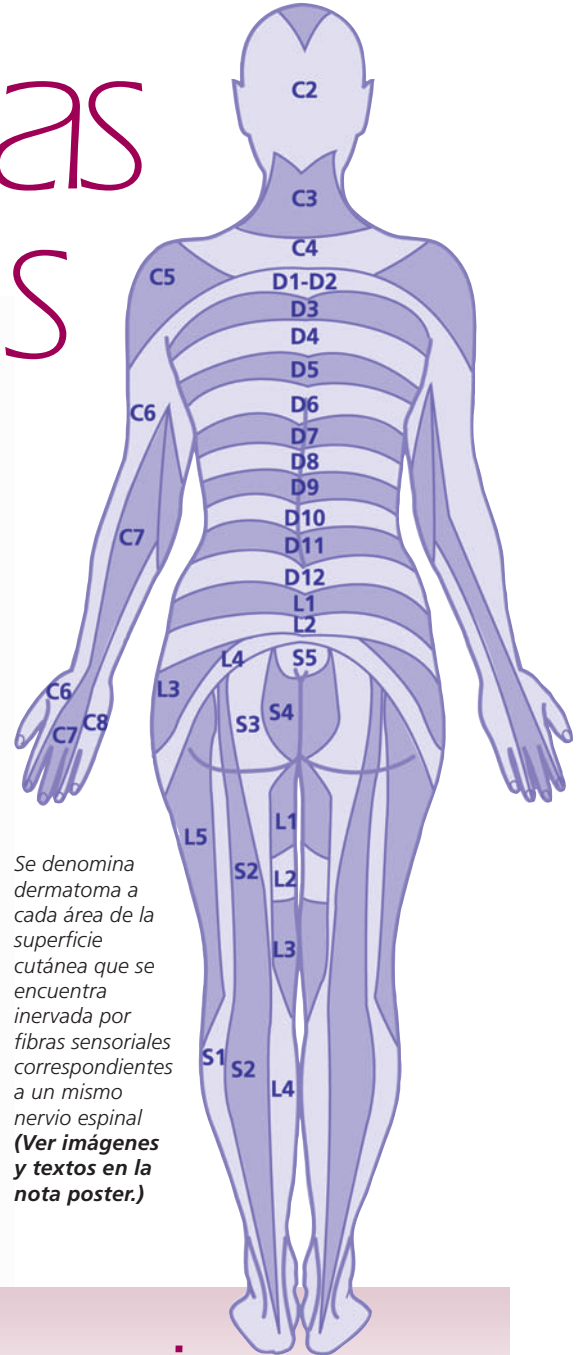




# sistema tegumentario

## piel, pelo, uñas dermatomas

Todas las partes de nuestro organismo, desde las células más diminutas hasta los órganos más complejos, de alguna manera se conectan entre sí y son mutuamente dependientes. Lo mismo pasa con nuestros sistemas. Todos ellos se relacionan, producen intercambios, y se influyen unos a otros de diversas formas. Los sistemas que nos constituyen también están interconectados con nuestra actividad psíquica, emociones, son sensibles a los estados de ánimo, al estrés, a las relaciones interpersonales, al entorno cultural y social. Por eso este año denominamos a nuestro ciclo de informes «interconectados» y queremos dar cuenta de esas mutuas influencias. Comenzamos la serie abordando uno de los sistemas más sensibles a esas interconexiones: la piel y, más ampliamente, el sistema tegumentario, que incluye el pelo, las uñas, las mucosas...



Se denomina dermatoma a cada área de la superficie cutánea que se encuentra inervada por fibras sensoriales correspondientes a un mismo nervio espinal (Ver imágenes y textos en la nota poster.)

## origen, funciones y disfunciones

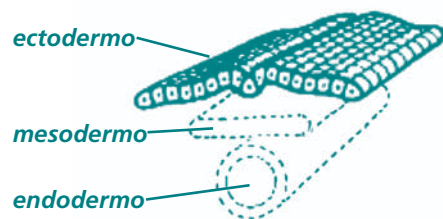
Escribe Julia Pomiés

**Sensible, me ofrece información acerca del estado del aire, de las cosas, de las otras pieles...**

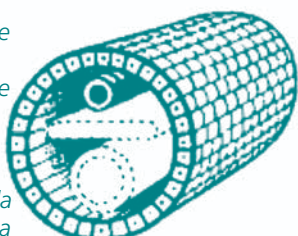
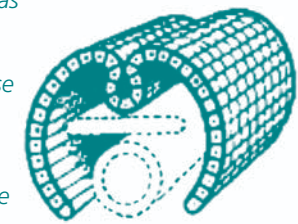
**Tenaz, impide que mis líquidos y blanduras, se disgreguen.**

**Impermeable casi siempre, no permite que los vapores y jugos del afuera me penetren.**

**La piel es lo que me separa del mundo, y es también lo que me une a él.**



La capa más externa forma un pliegue y se enrolla sobre las otras. Esa capa se convertirá en la piel y el pliegue en el tubo neural, que luego dará origen a la médula y el sistema nervioso.



### Origen embriológico de los sistemas

En las primerísimas etapas de formación del embrión, la célula huevo se multiplica torrencialmente. Al principio las células resultantes de esa multiplicación son «pluripotentes», es decir, tienen la potencialidad de convertirse en cualquier tipo de tejido de cualquier parte del cuerpo. Pero muy pronto comienzan a especializarse y a migrar en un complejo proceso denominado «corrientes morfogénicas».

Esas corrientes morfogénicas van convirtiendo al borbotón inicial de células indiferenciadas en un conjunto alargado que comienza a especializarse y ahuecarse, constituido por tres capas.

La capa interna (**endodermo**) será la que, en el curso del desarrollo fetal, dará origen a los órganos del sistema digestivo y al tejido pulmonar.

La capa media (**mesodermo**) se convertirá en el sistema muscular, el esqueleto, los vasos sanguíneos y el corazón. Y la capa externa (**ectodermo**) se convertirá en todos los tejidos nerviosos, todos los órganos de los sentidos y... la piel.

**Y este no es un dato menor: la piel y el cerebro, la piel y el sistema nervioso, la piel y los sentidos... tienen un origen embriológico común.**

Con razón uno suele andar por esta vida con los pelos de punta, con la piel de gallina, rojo de entusiasmo o de enojo, pálido de miedo, húmedo y turgente de amor... En fin, que «epidérmico» no siempre quiere decir «superficial».

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

## El mono desnudo

Hay ciento noventa y tres especies vivientes de simios y monos. Ciento noventa y dos de ellas están cubiertas de pelo. La excepción la constituye un **mono desnudo** que se ha puesto a sí mismo el nombre de **Homo Sapiens**.

Así comienza el libro del zoólogo Desmond Morris: *El mono desnudo*; un estudio del animal humano; publicado en EE.UU. en 1967, y que dio mucho que hablar, en todos los idiomas a los que fue traducido, que por cierto no fueron pocos.

**Morris insiste en preguntarse ¿por qué este rasgo distintivo? ¿En qué pudo ayudar a la supervivencia de la especie el hecho de perder la abundante pelambre característica de nuestros antecesores? Y revisa varias teorías existentes.**

Una: que al abandonar la vida nómada, y establecer vivienda fija el mono, antes arbóreo y hervívoro, necesitaba librarse más fácilmente de piojos, pulgas y otras plagas que se acumularían en sus cavernas y cubiles. Pero Morris objeta que centenares de mamíferos viven en cuevas fijas y tan peludos como siempre; y muchos hacen del despojarse una de sus principales tareas cotidianas.

Otra: que perdió el pelo para no perder las mañas, tales como ensuciarse la pelambre al comer o defecar prolijamente. Duda Morris de que un ser capaz de inventar complejas herramientas no encontrara el modo de limpiarse adecuadamente. Al parecer hasta el chimpancé suele emplear hojas de plantas a modo de papel higiénico.

Otra más: que pudo darse el lujo de prescindir de su abrigo gracias al descubrimiento de producir fuego voluntariamente.

La siguiente: que nuestros antepasados atravesaron una extensa etapa acuática en la que quedaron calvos como delfines o ballenas. O, tal vez: que fue una opción social de diferenciación sexual o de clases...

O que fue un modo de sacarse el tapado en los cálidos climas tropicales. Aunque en tal caso —se pregunta el zoólogo— ¿por qué no encontraríamos leones lampiños? La exposición al aire de la piel desnuda aumenta la posibilidad de evaporación y descenso de la temperatura, pero aumenta también el peligro de lesiones por acción del sol. Experimentos realizados en el desierto demuestran que, a temperaturas muy elevadas, los vestidos gruesos y holgados que usan los árabes ofrecen mejor protección que la ropa liviana: cierran el paso al calor exterior y permiten que el aire circule alrededor del cuerpo ayudando a la evaporación del sudor.

En definitiva, Morris reconoce un poco de razón a cada una de esas teorías pero...

**Adhiere como explicación fundamental, a la idea de que el nuevo mono cazador (léase: nosotr@s) no estaba biológicamente preparado para correr veloz y largamente detrás de su presa.**

Sin embargo, fue eso lo que necesitó hacer para sobrevivir en las llanuras no boscosas. Y tuvo que recurrir a su inteligente cerebro que le permitió moverse con mayor eficiencia, erguirse sobre sus dos patas traseras para otear por encima de los altos pastizales; fabricar armas efectivas, livianas y mortales; y adaptarse corporalmente a esos grandes esfuerzos momentáneos: con la pérdida de la pesada capa de vello y el aumento del número de glándulas sudoríparas en toda la superficie de su cuerpo podía lograr una refrigeración importante, no para la vida cotidiana sino para los momentos supremos de la caza.



**Impresionante expresión artística del escultor Rafael Martín<sup>(1)</sup>. La piel como protagonista parece desplegar sus múltiples significados**

El fenómeno fue complementado, según él, por el desarrollo de una capa subcutánea de grasa capaz de mantener el cuerpo caliente en las otras ocasiones.

Y afirma Morris con su seductor estilo best-seller:

*Ahí tenemos a nuestro Mono Desnudo, vertical, cazador, fabricante de armas, territorial, cerebral, primate por linaje y carnívoro por adopción, dispuesto a conquistar el mundo. Pero es un producto novísimo y experimental y, con frecuencia, los nuevos modelos presentan imperfecciones. Sus principales agobios derivarán del hecho de que sus progresos culturales superarán a todos sus progresos de otra índole. Sus genes están quedando rezagados y, a pesar de todos sus éxitos, sigue siendo en el fondo, un mono desnudo. ¿Cómo se comporta su versión más moderna? ¿Hasta qué punto ha podido esa computadora que tiene por cerebro reorganizar sus impulsos de mamífero?*

Por lo que vamos observando en la deriva de esos impulsos fortalecidos por culturas guerreras, tecnologías al servicio de los más fuertes a través de la manipulación y/o exclusión de los más débiles, valiosos descubrimientos científicos que tantas veces terminan aplicados a usos bélicos... la sospecha de Morris merece ser tenida en cuenta.

## Yo-piel: el gran «invento» de Didier Anzieu

En 1974 el Dr. Didier Anzieu -vicepresidente de la Asociación Psicoanalítica de Francia- publica un artículo titulado *El yo-piel* que produce un gran impacto en el mundo de la clínica y la investigación.

A la inversa de *El Mono Desnudo* dirigido explícitamente al gran público, y de fácil lectura, el texto de Anzieu, desarrollado luego y mucho más completo en un libro, con el mismo nombre que su artículo, no es de lectura fácil para los no especialistas. Pero vale la pena el esfuerzo. Navegando con marchas y contramarchas sus densas 250 páginas siempre descubro tesoros que me quedaron ocultos en la primera lectura de algún párrafo e, incluso, en la segunda. Es una de esas obras para las vacaciones, o las traspasadas de silencio y concentración...

**El núcleo de la teoría propuesta es que: la piel es la envoltura del cuerpo, de la misma forma que la conciencia envuelve al aparato psíquico. Podría decirse que la estructura y funciones de la piel y la estructura y funciones del yo presentan entre sí analogías que pueden resultar muy fecundas.**

Tanto para el trabajo de los psicoterapeutas —tal la idea de Anzieu— como para el de los trabajadores corporales, sugerencia que sumamos desde este enfoque.

Anzieu señala que su fundamentación teórica se basa en dos principios generales. Uno específicamente freudiano: toda función psíquica se desarrolla apoyándose en una función corporal cuyo funcionamiento traspone al plano mental.

El segundo principio, aunque conocido por Freud, proviene del investigador Hughlings Jackson: **a lo largo de la evolución de las especies el sistema nervioso conserva e integra los modos de reacción correspondientes a etapas evolutivas anteriores, pero el órgano más reciente y más cercano a la superficie —la corteza cerebral, del humano— tiende a tomar la conducción de todo el sistema.**

Desde los mamíferos hasta el hombre —dice Anzieu— el cerebro aumenta de tamaño y se hace más complejo. Por su parte, la piel pierde la dureza y la pelambre de sus antecesores.

**Anzieu puntualiza nueve funciones de la piel y sus analogías con las funciones del Yo, señalando que no sigue un orden riguroso. Y que tampoco pretende ser exhaustivo en su inventario, quiere dejarlo explícitamente abierto.**

1) La piel cumple una función de **sostén** del esqueleto y de los músculos, el Yo-piel sostiene al psiquismo. Y lo sostiene por una interiorización de lo que Winnicott llamó *holding*; es decir, la forma en que la madre sostiene el cuerpo del bebé. Esto confiere al bebé una sensación de unidad y solidez que lo capacitará para acceder a la posición de sentado, después a la de pie y finalmente a la marcha.

2) Otra función de la piel es la de **contenente**: de todo el cuerpo, los órganos, los sentidos... Del mismo modo el Yo-piel contiene a todo el aparato psíquico. Esta función se ejerce principalmente por el *handling* materno, la forma en que la madre contiene el cuerpo del bebé y que es fundamento de la percepción del sí mismo como unidad.

3) La capa superficial de la epidermis cumple una función de **protección** de la capa sensible en la que se encuentran las terminaciones nerviosas. El déficit o exceso de esa función en el Yo llevaría a diversas alteraciones psicológicas. La falta de la función de protección en la piel, puede ser compensada por una protección desde el músculo: en forma de las corazas caracterológicas que menciona Wilhelm Reich.

4) La piel funciona como **límite de la individualidad**. Por ejemplo: registro del adentro y el afuera de la piel. Impide la entrada de cuerpos extraños, y permite el paso de ciertas sustancias asimilables. Del mismo modo el Yo asegura una función de individuación del Sí-mismo que otorga el sentimiento de ser un *ser único* y estar capacitado para establecer o interrumpir determinados contactos e intercambios.

5) La piel **aloja, los órganos de todos los sentidos** (originados como ella y todo el sistema nervioso en el ectodermo del embrión). Esto le da una función de **intersensorialidad**: es una envoltura táctil en la que también pueden registrarse otras sensaciones, de distintas naturalezas, que se integran definitivamente en el encéfalo. En la realidad psíquica, esta función de *intersensorialidad* del Yo-piel permite un registro de diversas informaciones que al interrelacionarse dan sensación de coherencia.

6) La piel tiene entre sus múltiples funciones la de ser **fuentes de placer**. La alimentación del bebé, la higiene, los cuidados y caricias acompañados de contactos, generalmente agradables, que preparan al autoerotismo y se sitúan como telón de fondo para la sexualidad. Si ese proceso se altera, la persona, ya adulta, puede no sentirse con la seguridad suficiente como para comprometerse en una relación sexual satisfactoria.

7) La piel es superficie de **estímulo del tono sensomotor**. El Yo-piel, por su parte; **mantiene la tensión energética interna**. Las fallas de esta función pueden producir distintos tipos de angustia.

8) La piel, a través de sus terminaciones nerviosas, **proporciona información acerca del mundo exterior**. Función reforzada por el entorno materno. Además, con un apoyo biológico: un primer dibujo de la realidad que nos rodea se imprime en nuestra piel. Y con un apoyo social: marcará la pertenencia a un grupo a través de peinados, maquillajes, tatuajes, pinturas y por la vestimenta que es como un «doble» de la piel.

9) En este punto Anzieu señala: todas las

funciones precedentes están al servicio de la pulsión de **apego**. Y se pregunta: ¿no podría existir una función negativa, una especie de antifusión, al servicio de Thanatos, que tendiera a la autodestrucción de la piel y del Yo? Responde: los progresos de la inmunología han descubierto los fenómenos autoinmunes, en los que el organismo vivo vuelve contra sí mismo su capacidad de rechazar lo extraño. La medicina psicosomática ha descubierto una inversión de las señales de seguridad y de peligro en tales casos, especialmente en las alergias, asma, eczemas: la familiaridad, en lugar de ser protectora y tranquilizante se rechaza como mala. En la psicosis, especialmente en la esquizofrenia, la paradoja de la alergia es llevada al máximo. Se podría hablar en esos casos, de una *función tóxica* del Yo-piel.

Finalmente, Anzieu señala que en otras funciones de la piel, también se podrían encontrar correspondencias con otras funciones del Yo:

-**Almacenamiento** (la piel almacena grasas; el Yo, memoria).

-**Producción** (la piel produce pelos, uñas; el Yo, mecanismos de defensa).

-**Emisión** (la piel emite sudor, feromonas; el Yo, realiza proyecciones).

## Niña mimada de las disciplinas corporales

*“Cuando el cuerpo está en reposo, no lo sentimos con tanta intensidad como cuando se mueve.” Paul Schilder*

La piel quieta, permanece más silenciosa que cuando se estira o encoje, se desplaza, cuando toca o es tocada, cuando experimenta cambios de presión, temperatura, roces... En el autocontacto, el contacto con objetos, el contacto con otros...

**Todas las técnicas y disciplinas corporales promueven diversos modos de “llevar la conciencia” hacia la piel, experimentar variedad de sensaciones, registrar las zonas más sensibles, las más llamadas o acalladas...**

En cada actividad de sensopercepción, Expresión Corporal, eutonía, método Feldenkrais, esferodinamia, gimnasia consciente, danza armonizadora, danza terapia, performance, contact improvisación... y tantas otras disciplinas que involucran lo corporal, suele dedicarse un espacio importante al registro y al estímulo de “lo epidérmico”.

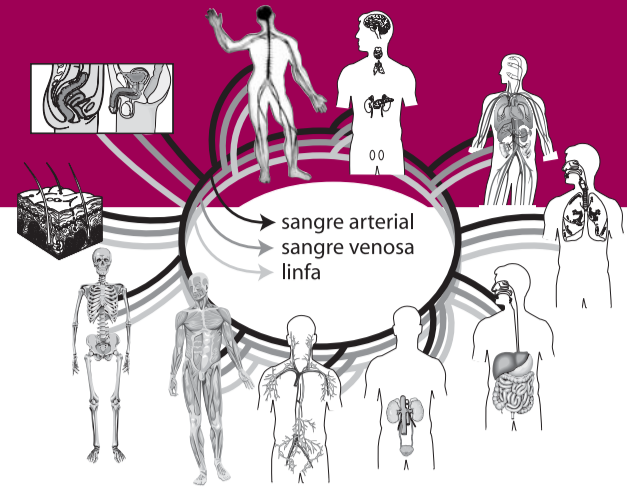
Se despliegan telas, pelotitas de tenis, cañas de bambú. Se proponen automasajes, juegos de contacto grupal e incluso exploraciones libres o guiadas en busca de la **memoria** de nuestra piel.

**Se estimulan recorridos cutáneos capaces de despertar recuerdos alojados en esta o aquella zona de nuestra superficie corporal.**

En ocasiones esa mano que se apoya en nuestro hombro puede llevarnos a revivir una remota escena infantil, ayudarnos a abrir un poco más el abanico del autococonocimiento, de la expresión de nuestros afectos. El placer o el displacer generado por esas exploraciones siempre constituye un paso más en el inquietante camino hacia nosotros mismos.

**Julia Pomiés** es periodista, directora de *Kiné la revista de lo corporal*; Lic. Artes del Movimiento (UNA); Prof. de Expresión Corporal (Isea - CEC); Coordinadora de Recursos Expresivos (Instituto de la Máscara); integrante de ARECIA (Asociación de Revistas Culturales Independientes).

**(1) Rafael Martín** nació en 1935 en Bahía Blanca, Argentina. Alternó su residencia y actividades entre su país, Suiza y Francia. Convertido en un escultor de nivel internacional conservó su actitud modesta, afable y generosa. Obsequió a Kiné la autorización para reproducir fotografías de todos sus trabajos. Falleció en su ciudad natal en 2018. Sus obras se encuentran en Museos de Argentina, EE.UU., Alemania, Suiza, Francia, Italia, España, Brasil, Venezuela, Egipto, Israel. Ver <http://rafaelmartinescultor.blogspot.com>

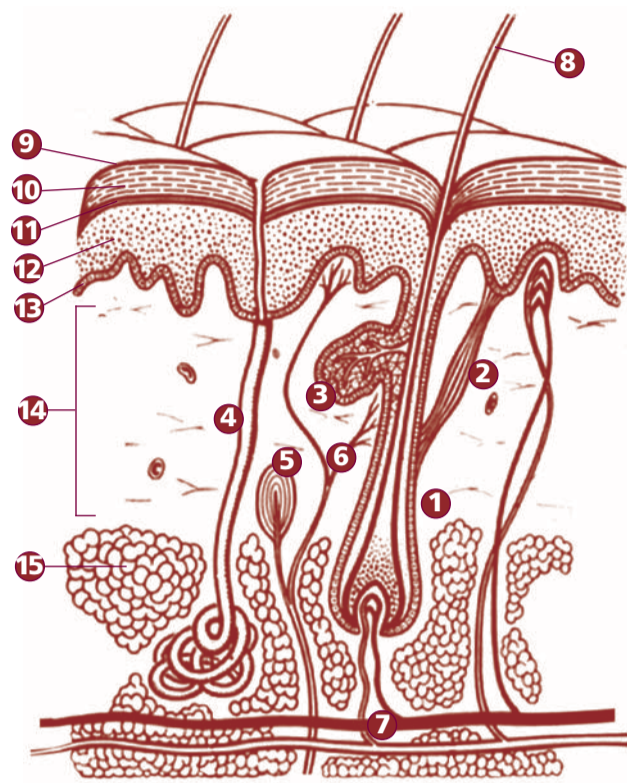


# sistema tegumentario

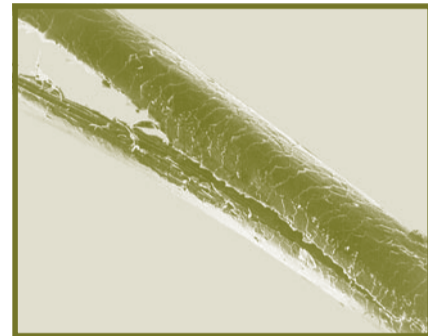
## piel, pelo, uñas...

Idea y realización: Lic. Julia Pomiés  
Ilustraciones: Rubén Longas  
Asesoramiento y Supervisión: Klga. Olga Nicosia

**En gran parte de la bibliografía se lo denomina Sistema Tegumentario. Incluye piel, pelos, uñas y, según algunos autores, también las mucosas; en síntesis: tejido epitelial. Kiné se ocupó de la piel en varias ediciones anteriores, y desde diversos enfoques. Inagotable, este tema nos permite retomarlo una vez más. En esta oportunidad destacamos la importancia de la piel como órgano que refleja el estado de salud de todo el cuerpo.**

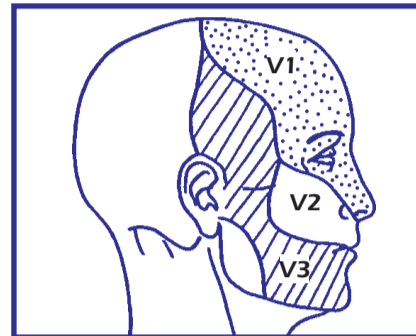


La **epidermis** está formada por las cinco capas más superficiales de la piel: (9)-queratina. (10)-capa córnea. (11)-capa transparente. (12)-capa granulosa. (13)-capa basal. Las células de la capa basal se multiplican constantemente originando nuevas células que ascienden progresivamente a las capas más superficiales para sustituir a las células muertas de la superficie. La **Dermis** (14) es la capa espesa de tejido conjuntivo que da a la piel elasticidad y fortaleza, en ella se alojan órganos sensoriales (5), terminaciones nerviosas (6), vasos sanguíneos (7) y linfáticos, folículos pilosos (1) con su músculo erector (2), glándulas sebáceas (3), conductos y glándulas sudoríparas (4). El **tejido subcutáneo** (15) contiene células grasas como reserva de energía. Es la zona de entramado con la fascia superficial



### ■ pelo

El pelo es un tubo de queratina (proteína dura) que crece a partir de los folículos pilosos ubicados en la capa interna de la piel. Una fotografía a gran aumento pone en evidencia su superficie escamosa. Por agresiones externas (exceso de sol, tinturas, etc.) o por carencias internas (falta de vitaminas, oligoelementos, alteraciones hormonales) puede mostrarse quebradizo o "florecido".



El gráfico indica los territorios cutáneos correspondientes a cada una de las tres ramas del nervio trigémino. V1: oftálmica, V2: mandibular, V3: maxilar.

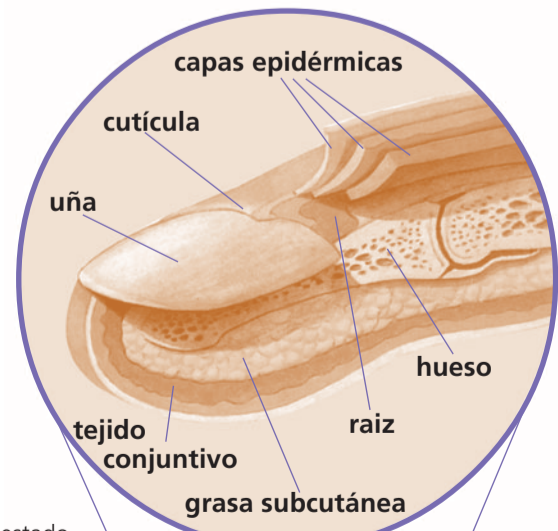
### ■ piel y mucosas

La piel es el mayor de los órganos humanos. En un adulto tiene una superficie aproximada de 1,80 m<sup>2</sup> y pesa entre 2 y 5 kg (algunos autores estiman un 7% del peso total del cuerpo). Recibe aproximadamente 1/3 de la sangre que bombea el corazón. Constituye una cubierta impermeable al agua (aunque capaz de absorber una pequeña cantidad de otras sustancias) que actúa como primera línea de protección, sintetiza vitamina D, elimina y segrega toxinas y desechos, regula la temperatura corporal y, fundamentalmente, es un eficiente órgano sensorial (detecta frío, calor, presión, dolor, texturas...).

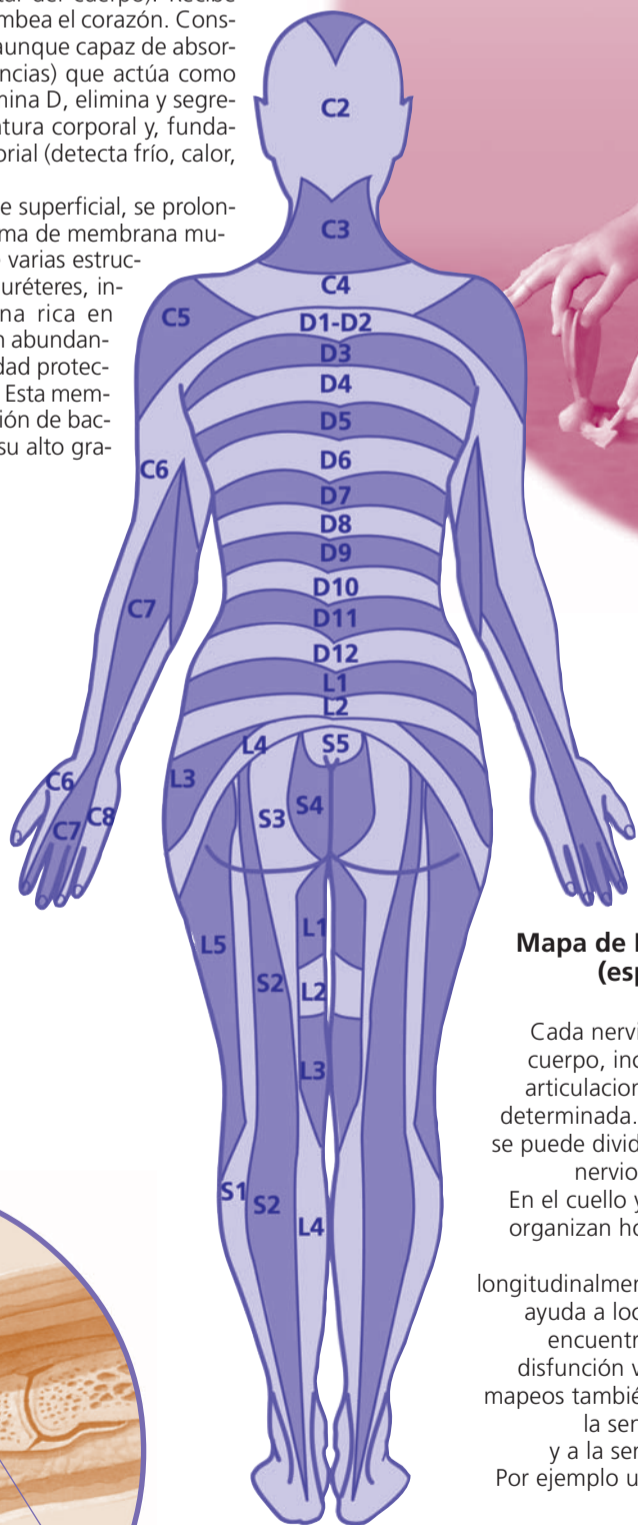
Aunque la piel es un tejido esencialmente superficial, se prolonga dentro de los orificios del cuerpo en forma de membrana mucosa. La mucosa forma el revestimiento de varias estructuras internas (boca, nariz, vagina, vejiga, uréteres, intestinos). Desprovista de la capa externa rica en queratina, la mucosa tiene, en cambio, gran abundancia de glándulas que segregan una mucosidad protectora y lubricante para su delicada superficie. Esta membrana es muy eficiente para repeler la invasión de bacterias, tanto por su consistencia como por su alto grado de acidez.

### ■ uñas

La piel contiene estructuras especializadas (pelos y uñas) constituidas por una proteína dura y fibrosa denominada queratina; una condensación de células muertas fabricadas por células epidérmicas especializadas. En las uñas, la queratina es producida por las células activas de la base y los costados. Unos pliegues de piel llamados cutículas protegen estas áreas de crecimiento. La uña dura se apoya sobre el llamado "lecho ungueal" que se ha formado de los dos estratos más profundos de la epidermis. El crecimiento de las uñas comienza durante el tercer mes de vida fetal. En la vida adulta la uña crece unos 5 mm al mes. En 6 meses, aproximadamente, se renueva desde la raíz hasta la punta del dedo.



El estado de las uñas es también un indicador en relación a la salud general de una persona. Fragilidad, manchas, estrías pueden reflejar deficiencias en la dieta, falta de calcio, alteraciones del metabolismo.



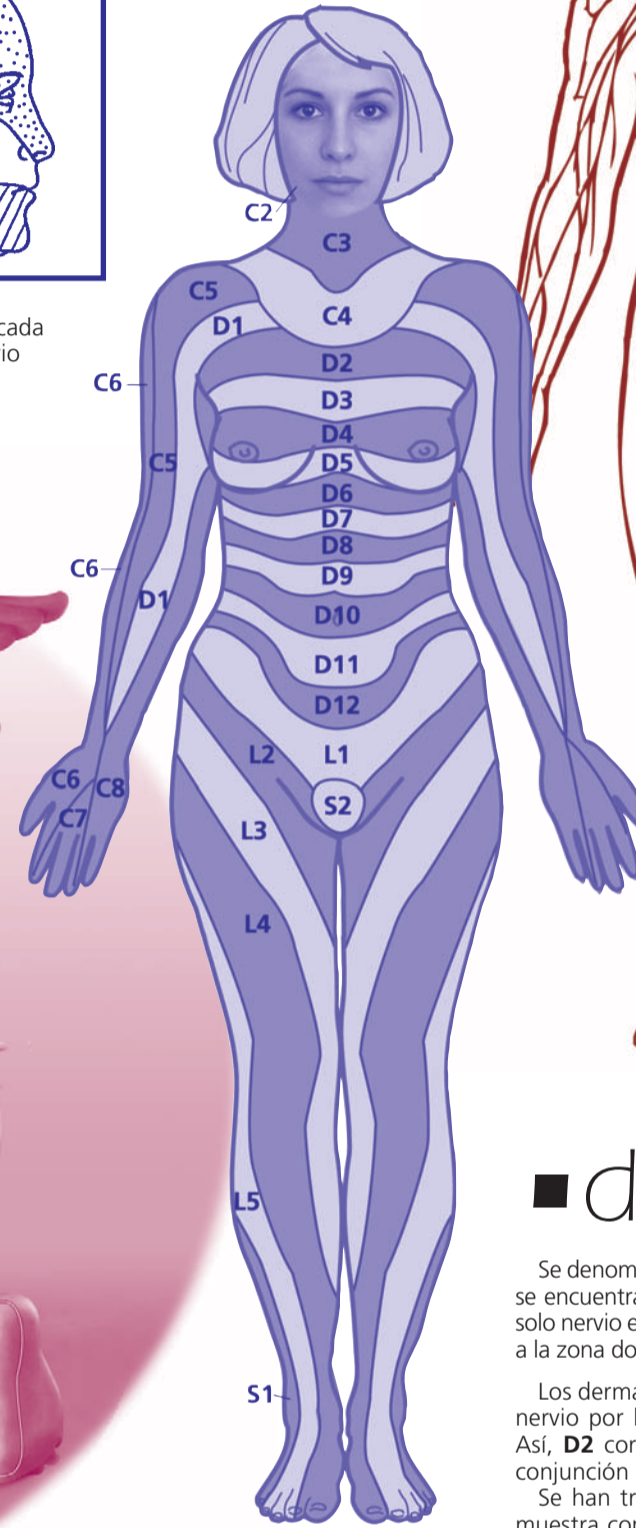
Mapa de Dermatomas (espalda)

Cada nervio espinal inerva una zona del cuerpo, incluyendo (además de vísceras, articulaciones, músculos) un área de piel determinada. Por eso la superficie corporal se puede dividir en "territorios" del sistema nervioso llamados "dermatomas". En el cuello y el tronco los dermatomas se organizan horizontalmente, en cambio en las extremidades se disponen longitudinalmente. Un mapa de dermatomas ayuda a localizar cuál es el nervio que se encuentra dañado o irritado, o alguna disfunción vertebral. Estos "territorios" o mapeos también se observan con respecto a la sensibilidad muscular: **miotoma** y a la sensibilidad ósea: **esclerotoma**. Por ejemplo un dolor en el trocánter mayor corresponde a la raíz de L5

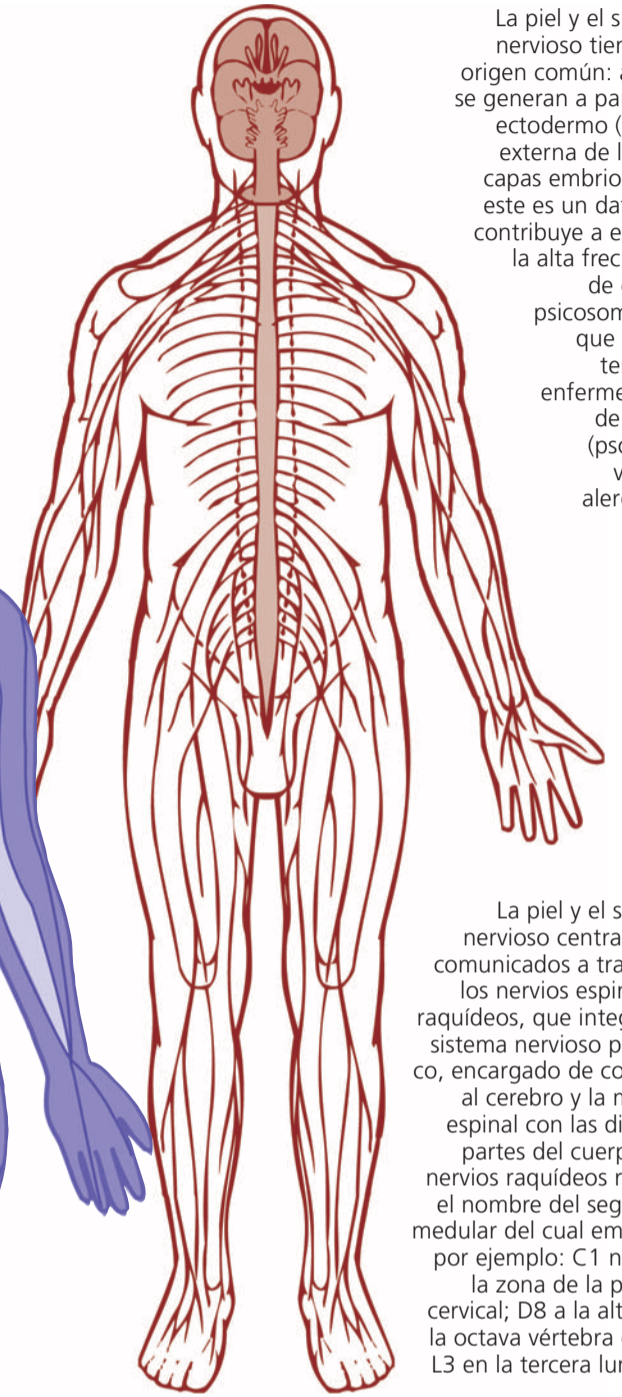
### ■ vasomotricidad

Se denomina vasomotricidad a la capacidad que tienen los vasos sanguíneos cutáneos de modificar su caudal (vasoconstricción o vasodilatación). Mediante este mecanismo, la piel, que posee una gran irrigación sanguínea, puede ejercer notables influencias sobre la circulación general. La vasomotricidad depende de muchos factores: la temperatura de la sangre, la tensión a que están sometidas las arterias y la concentración en la sangre de elementos como glucosa, urea y desechos metabólicos. También influyen las hormonas que circulan en la sangre (un ejemplo: los "sofofos" característicos de la menopausia).

La vasomotricidad de la piel se relaciona con la vasomotricidad visceral. Generalmente a una vasodilatación cutánea corresponde una vasoconstricción visceral en zonas inervadas por terminaciones nerviosas que entran en la médula espinal por una vía común. Se produce así un equilibrio compensador entre la profundidad y la superficie del organismo.



Mapa de Dermatomas (de frente)



Sistema Nervioso

La piel y el sistema nervioso tienen un origen común: ambos se generan a partir del ectodermo (la más externa de las tres capas embrionales); este es un dato que contribuye a explicar la alta frecuencia de causas psicósomáticas que suelen tener las enfermedades de la piel (psoriasis, vitiligo, alergias...)

La piel y el sistema nervioso central están comunicados a través de los nervios espinales o raquídeos, que integran el sistema nervioso periférico, encargado de conectar al cerebro y la médula espinal con las distintas partes del cuerpo. Los nervios raquídeos reciben el nombre del segmento medular del cual emergen, por ejemplo: C1 nace en la zona de la primera cervical; D8 a la altura de la octava vértebra dorsal; L3 en la tercera lumbar...

### ■ dermatomas

Se denomina dermatoma a cada área de la superficie cutánea que se encuentra inervada por fibras sensoriales correspondientes a un solo nervio espinal. **C** corresponde a los nervios de la zona cervical; **D** a la zona dorsal; **L** a la zona lumbar y **S** a la zona del sacro.

Los dermatomas se designan de acuerdo a la zona de salida del nervio por los agujeros de conjunción de la columna vertebral. Así, **D2** corresponde a la raíz nerviosa que sale del agujero de conjunción que forman la segunda vértebra dorsal con la tercera.

Se han trazado diversos mapas de dermatomas donde se los muestra como segmentos definidos, pero siempre se aclara que hay que tener en cuenta que existe una considerable superposición en las zonas que limitan un dermatoma y el siguiente.

## cuando duele donde no es

En algunas ocasiones los dolores no son percibidos en la zona donde se produce la lesión, sino en otra parte del cuerpo.

Esto se debe a que un mismo segmento de la médula espinal tiene influencia sobre:

- 1) la sensibilidad, motricidad de los vasos sanguíneos, secreción de las glándulas de la piel;
- 2) los músculos; y
- 3) las vísceras.

Se denomina **metámera** al conjunto constituido por el segmento medular y los cuerpos neuronales de las vías motoras y sensitivas que inervan esas áreas, interrelacionándolas.

Por lo tanto: un foco lesional en una zona de la metámera puede irritar a las otras zonas de la misma metámera.

Es decir:

- a) un foco lesional de origen articular de la columna puede irritar las raíces nerviosas correspondientes a esa metámera
- b) un foco lesional de origen muscular puede influir en la postura e irritar o facilitar la excitabilidad de la metámera correspondiente
- c) un foco lesional visceral, por vías simpáticas u ortosimpáticas puede irritar o facilitar la excitabilidad de las neuronas de la metámera correspondiente

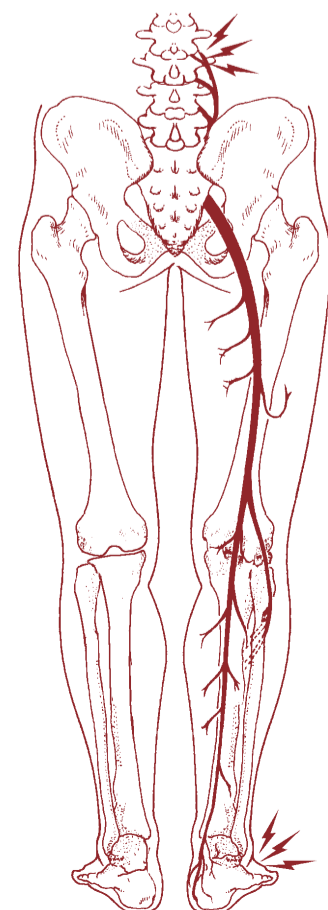
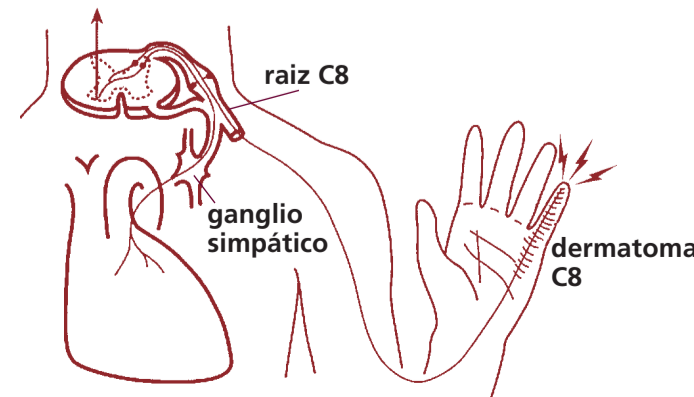
Es por eso que cualquiera de estas lesiones, por vía refleja, puede producir alteraciones en la piel: hiperalgia, sudoración, sequedad, vasodilatación, vasoconstricción. Todas estas reacciones no corresponden a una lesión propia de la piel sino a estas otras lesiones. En el caso del dolor se denomina **dermalgia** refleja.

Esta convergencia de influjos de origen óseo, articular, muscular, cutáneo o visceral sobre las mismas sinapsis neuronales de una metámera es lo que explica que el dolor visceral pueda ser referido a la piel (o a un músculo). Es por eso que cada metámera tiene influencia sobre una zona de la piel, vascular, muscular, visceral. La osteopatía toma en cuenta que esta convergencia de síntomas, o estos múltiples síntomas relacionados, indican facilitación medular; el tratamiento manual de esta disfunción interrumpe el arco reflejo patológico normalizando las funciones y favoreciendo la curación. Otras propuestas terapéuticas (como la reflexología, la digitopuntura, la acupuntura) también tienen en cuenta estas relaciones.

### Dolor referido

El dolor cardíaco suele citarse como ejemplo de dolor referido. La sensación dolorosa está localizada de manera "falsa" en la periferia (miembro superior, piel del dedo meñique de la mano izquierda), y es producida por el nervio cubital que recibe los mensajes dolorosos al pasar por el mismo ganglio simpático por donde pasan las fibras que inervan al corazón.

### vías del dolor



### Dolor proyectado

Los estímulos dolorosos nacen en el trayecto de las vías sensitivas, pero el dolor se experimenta como si viniera de la periferia, de la zona cutánea o subcutánea. Un caso típico de dolor proyectado es el de la neuralgia ciática: cualquiera sea el punto donde se produce una compresión del nervio ciático, el dolor puede percibirse como proveniente del dedo gordo del pie.

escribe Carlos Trosman

## Para la Medicina Tradicional China, la piel es el órgano más Yang del cuerpo porque es el más exterior, el más extenso y el que recibe más luz.

El sistema de la piel, junto con el sistema respiratorio, es intermediario entre el exterior y el interior, entre el clima externo y el clima interno. Así funciona como mediador y regulador de la temperatura, la humedad y la sequedad.

Desde este enfoque se considera que por la piel circula la energía defensiva *Wei Qi* que nos protege de los agentes patógenos del exterior. También es un reflejo de nuestro interior, ya que el estado y el color de la piel servirían como indicadores de nuestra salud.

Una piel elástica, con vello brillante, indica el buen estado de la energía del pulmón. En cambio, si la piel es demasiado blanca, seca, sin brillo, el pulmón está en problemas.

La piel roja en las mejillas y las orejas indica que la energía del corazón está en exceso, como en el caso de los hipertensos; cuando la piel se ruboriza con facilidad y el rubor aparece y desaparece (oscila entre el blanco y el rojo) la energía del Canal del Corazón está baja.

Cuando el color rojo aparece como manchas en la piel en distintas partes del cuerpo, indica que el problema está en la sangre.

Si en la piel aparecen manchas marrones o también ojeras marrones, indica trastornos digestivos.

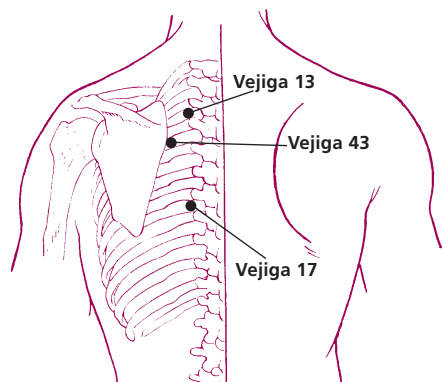
Cuando predomina el color verdoso, son el hígado y la vesícula biliar los órganos afectados; y si la piel se oscurece y las ojeras son negras, el problema está en los riñones.

En la piel se encuentran los *tsubos*, que son los que comúnmente llamamos "puntos de acupuntura". Los *tsubos* son pequeños vórtices que permiten acceder a los Canales que en Occidente denominamos "meridianos".

En estos puntos que se abren energéticamente en la piel, la resistencia de la piel al paso de la electricidad disminuye casi a cero, y es por esta razón que pueden detectarse por medios electrónicos con los aparatos llamados "Buscapuntos", que en realidad no miden la energía de los puntos, sino que los localizan por su baja resistencia y alta conductividad. Cada *tsubo* conecta con un sector de alguno de los Canales que postula la Medicina Tradicional China, y puede tener varias aplicaciones diferentes, según cómo se trate y se combine con los demás.

Si bien en las láminas que vemos habitualmente, estos Canales aparecen como dibujados en la piel, en realidad no se encuentran en la epidermis, sino un poco más pro-

## puntos de tratamiento

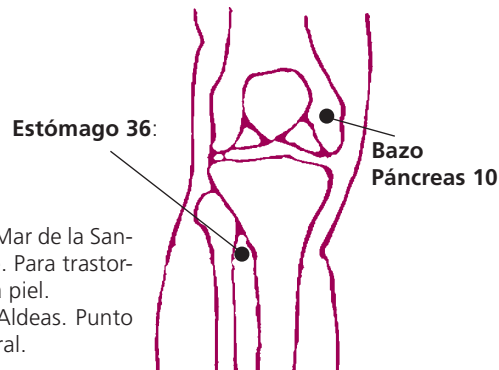


### En la espalda:

**Vejiga 13:** Asentimiento del Pulmón. Para todos los problemas de los pulmones y de la piel.

**Vejiga 17:** Influencia de la Sangre. Para todos los trastornos de la sangre.

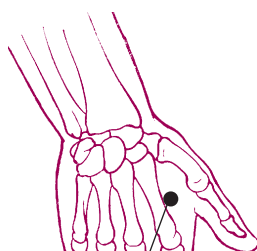
**Vejiga 43:** Centros Vitales. Mejora la calidad y cantidad de glóbulos rojos y la vitalidad.



### En la rodilla:

**Bazo-Páncreas 10:** Mar de la Sangre. Regula la sangre. Para trastornos supurativos de la piel.

**Estómago 36:** Tres Aldeas. Punto de tonificación general.



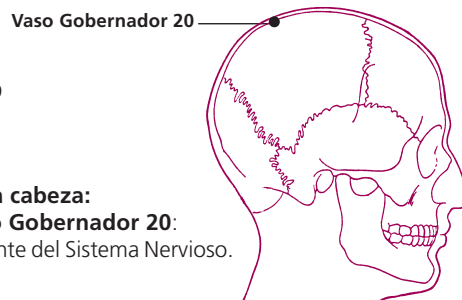
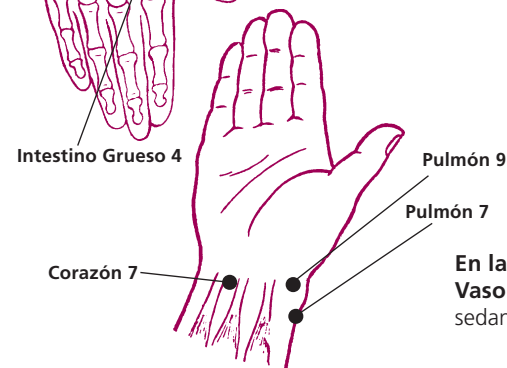
### En la mano:

**Pulmón 9:** Tonificación del Pulmón. Influencia de los Vasos sanguíneos.

**Pulmón 7:** trastornos respiratorios, eccemas, herpes.

**Corazón 7:** "Puerta del Espíritu". Calma taquicardia, nerviosismo e intranquilidad. Para tratar trastornos circulatorios en manos y pies.

**Intestino Grueso 4:** Para eccema, urticaria, psoriasis.



### En la cabeza:

**Vaso Gobernador 20:** sedante del Sistema Nervioso.

fundo. A una profundidad que varía dependiendo de qué Canal se trate de la hora del día y de la estación del año. Los Canales *Yang* estarían más a flor de piel, y los *Yin* más profundo. Con el calor de la primavera y del verano todos los Canales estarían más superficiales que en otoño e invierno, que es cuando están más profundos. Por eso, en el Shiatzu estilo *Kan gen Ryu*, las presiones son diferentes según la estación del año y también si queremos activar o dispersar la energía de un Canal.

## Algunos tratamientos desde el Shiatzu y la Medicina Tradicional China

La M.T.Ch. considera a los problemas dermatológicos como problemas de la sangre, y los divide en dos subgrupos: los producidos por Calor en la Sangre, como el herpes, los eccemas alérgicos, la urticaria y el prurito; y los que son producto del Vacío de la Sangre, como algunos tipos de psoriasis, el acné rosáceo y el vitiligo.

Es importante agregar que se considera que la energía de la piel y sus funciones, dependen de los pulmones y sus correspondientes canales de energía.

Esquemáticamente, los síntomas del calor en la sangre se agravan con el calor, y es necesario sedar y dispersar la energía de los puntos de tratamiento. Los síntomas del vacío de la sangre se incrementan con el frío y en este caso es necesario calentar y tonificar los puntos para mejorar la circulación de la sangre.

En cualquiera de las afecciones de la piel también puede presentarse humedad o sequedad. Debido a la gran variedad de enfermedades cutáneas, indicaremos algunos puntos generales de tratamiento, ubicados en los canales del Pulmón, en los puntos que influyen la Sangre y en otros puntos locales según la zona de la afección.

Para sedar y dispersar la energía de los puntos, se deben presionar en forma continua y profunda, lo que dure nuestra exhalación, y repetir del mismo modo durante 3 minutos de cada lado. También puede aplicarse frío a los puntos durante lapsos de 3 minutos, hasta 3 veces en cada aplicación (hielo 3 minutos, descansar 3 minutos, hielo otra vez 3 minutos, así hasta completar 3 veces, o sea 9 minutos en total). Para tonificar los puntos se pueden frotar para calentarlos (nunca sobre la lesión) y presionarlos luego en forma intermitente, rápida y con poca profundidad, durante uno o dos minutos de cada lado del cuerpo. Los tratamientos pueden repetirse hasta dos veces por día. En las afecciones crónicas o persistentes, se debe consultar al médico especialista.

Ya que el problema se localiza en la sangre, es importante una dieta adecuada, baja en grasas y sin componentes irritantes o excitantes.

### Bibliografía:

-Perfeccionamiento en Acupuntura, Oligoterapia y Fitoterapia. Dr. Yves Requena. Las Mil y Una Ediciones, Madrid.

-Diccionario Médico El Gran Harper Collins. Marbán Libros, Madrid.

**Carlos Trosman** es Psicólogo Social, Diplomado en Corporeidad y Psicodrama, Fundador de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu® en 1992. Director del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina. E-mail: carlostrosman@gmail.com

## enfermedades de la piel

(algunas de las más comunes)

**Acné:** erupción causada por la inflamación de las glándulas sebáceas. Aparece comúnmente en la cara, el pecho y la espalda de los adolescentes.

**Dermatitis:** inflamación de la piel.

-D. actínica: producida por la luz solar.

-D. alérgica de contacto: caracterizada por un área fuertemente demarcada de enrojecimiento y picor. Es una reacción de hipersensibilidad cutánea a una determinada sustancia natural o sintética (alergeno).

-D. atópica: con lesiones delante de los codos y detrás de las rodillas. Generalmente observada en personas con trastornos asmáticos.

-D. seborreica: de origen desconocido, se localiza principalmente en el cuero cabelludo, y también en cejas, detrás de las orejas, en el pecho, en la espalda y en el pubis. Produce enrojecimiento en distintos grados, descamación y a veces, picor. También llamada seborrea. En su forma leve se conoce como caspa.

-Hay otras variedades de dermatitis como: exfoliativa (con descamación de la piel), herpetiforme (parecida al herpes), medicamentosa (producida por medicamentos), por estasis (por mala circulación), química.

**Dermatosis:** erupción cutánea.

**Eccema:** (o eczema). Término general que se utiliza para designar un grupo de alteraciones de la piel con inflamaciones agudas o crónicas acompañadas por enrojecimiento, engrosamiento, supuración y formación de pápulas, vesículas y costras. Suele ir acompañado por picor y sensación de quemazón.

-Existen varios tipos de eccemas: atópico, herpético, invernal, supurativo, numular, pustular, rubrum, vesiculoso.

**Eritema:** enrojecimiento de la piel. Existen muchos tipos diferentes: exudativo, infeccioso, migratorio, nodular, polimorfo, solar y tóxico, entre otros.

**Herpes:** erupción inflamatoria con cúmulos vesiculares profundos ocasionada por el herpesvirus. Los tipos de herpes más comunes son el labial, el genital y el zóster, comúnmente llamado culebrilla.

**Prurito:** picazón severa y persistente de la piel que puede deberse a enfermedades sistémicas.

**Psoriasis:** enfermedad crónica de la piel (considerada psicósomática) que se caracteriza por manchas rojizas cubiertas con escamas grisáceas. Ocurre principalmente en rodillas, codos, cuero cabelludo, tronco y espalda.

**Urticaria:** erupción de ronchas como un prurito transitorio, debido con frecuencia a reacciones de hipersensibilidad a alimentos o fármacos, o a factores emocionales.

**Vitiligo:** placas sin pigmentación de color blanco lechoso visiblemente demarcadas que aparecen en la cara, cuello, brazos, manos, abdomen y muslos, debido a una ausencia de melanina.

Silvia Mamana (agradecemos a María Laura Freile su colaboración para continuar publicando textos actualizados de Silvia y fotografías de sus grupos de estudio)

**Así como podemos considerarnos un “sistema de sistemas”, también podemos pensarnos como un “sistema de membranas”. Desde el contenedor exterior hasta la membrana celular, existen distintas “pieles” que protegen, separan y dividen a las variadas estructuras que componen nuestro cuerpo.**

*Lo más profundo del hombre es la piel.*  
Paul Valéry

La piel es el órgano que marca el límite del organismo en relación al mundo exterior. Es flexible, móvil y resistente, mantiene la temperatura interna, impide la pérdida de líquidos y también que el agua penetre en el cuerpo. Es también un reservorio de energía (grasa), es una protección contra las radiaciones, las infecciones, y a través de los receptores de dolor, vibración, frío o calor, nos permite advertir situaciones eventualmente peligrosas. Estos receptores se combinan de numerosas formas para darnos la variada gama de sensaciones que recibimos a través del contacto: frío, caliente, duro, blando, seco, mojado, suave, áspero... por mencionar algunos de los adjetivos con que describimos lo que tocamos.

Esta piel que nos rodea, que marca la diferencia entre “yo” y “no yo”, que nos separa de los demás y al mismo tiempo nos conecta con ellos, es una de las tantas pieles que posee el cuerpo, es la más externa. Los orificios del cuerpo (la nariz, la boca, el ano, los genitales), actúan como elementos de conexión entre la piel externa y algunas de estas pieles internas: las mucosas, que marcan el límite del organismo en relación a los elementos externos que ingresan en el cuerpo: el aire que respiramos, los alimentos que ingerimos y excretamos, o el contacto durante el acto sexual. Otras pieles están en contacto con los distintos fluidos que circulan por el cuerpo: los epitelios de los vasos sanguíneos y linfáticos o las meninges que rodean al sistema nervioso central.

Por eso decimos que así como podemos considerarnos un “sistema de sistemas”, también podemos pensarnos como un “sistema de membranas”. Estas membranas, que reciben distintos nombres según el sistema al cual pertenecen (el periostio de los huesos, las aponeurosis musculares, la pleura de los pulmones, el pericardio del corazón), son las encargadas de proporcionarnos las sensaciones de “contacto interno”, de las que no siempre somos conscientes, pero que son un elemento enriquecedor de la experiencia corporal.

## Sentir con la piel

*Cuando tocamos a alguien, somos a la vez tocados.*  
Bonnie Bainbridge Cohen

**Quienes hemos elegido como profesión el trabajar sobre la conciencia de nuestro cuerpo, como forma de acceder a otros cuerpos, desarrollamos con el tiempo una sensibilidad especial en el tacto. Como facilitador@s, hablamos a través del contacto de nuestras manos.**



Con las manos decimos más que con la palabra: invitamos, proponemos, escuchamos y observamos con la piel.

Tocar el continente del cuerpo es sólo una de las posibilidades: a través de cambios en la presión y la calidad del contacto, podemos acceder también a las distintas pieles y sistemas del cuerpo. Se produce entonces un fenómeno de resonancia y de diálogo. Al tocar y ser tocad@s, la sesión se convierte en un ejercicio de exploración y de comunicación a través del tacto.

## Contacto y desarrollo

*“¿Abrazó a su hijo hoy?”, pregunta una calcomanía.*

*No es una pregunta cualquiera. El tacto parece ser tan esencial como la luz del sol.*  
Diane Ackerman

Es probable que el tacto sea el menos investigado de todos los sentidos. Esto puede deberse a que, a diferencia los otros, no posee un órgano “diferenciado” que pueda estudiarse (la piel abarca todo el cuerpo), o quizás a la represión cultural que afectó a la ciencia durante décadas.

Al respecto dice Cohen:

*“Como todas las ciencias son reflejo de las ideas socio-político-religiosas de la época, es apropiado que la represión histórica de las sensaciones corporales en la cultura occidental haya sido transmitida*

*como un hecho científico”.*

Durante mucho tiempo, y aún en la actualidad, un fenómeno es considerado «objetivo» si puede ser separado de todas las sensaciones corporales. Para ser válido debe ser medido sólo auditiva o visualmente, si se evalúa a través de otras sensaciones corporales, es considerado «subjetivo».

**A pesar de ello, en numerosos estudios realizados por neurofisiólogos, antropólogos, pediatras, sociólogos y psicólogos se ha demostrado ampliamente de qué manera el contacto afecta profundamente el desarrollo del cuerpo y de la mente, hasta el punto en que la carencia del mismo puede producir daños en el sistema nervioso, e incluso la muerte.**

La primera experiencia de contacto se produce a nivel celular. A partir del momento de la concepción, las membranas celulares están en contacto, comunicándose. Desde este punto de vista, podríamos decir, siguiendo a Cohen, que *nunca somos uno*. A partir de la primera división celular que produce la fecundación somos dos células que se tocan, luego 4, 8 y así sucesivamente. Esta relación entre las primeras células va organizando el “tono celular”, que junto al tono de las vísceras sientan las bases

para el tono muscular. Este último es el que, en definitiva, marcará la calidad de nuestro contacto con los demás.

Durante la gestación, el tacto y la kinestesia, son los primeros sentidos en desarrollarse, estableciendo la base para el desarrollo futuro de los demás sentidos, y de nuestra relación con el medio ambiente. La aparición temprana de ambos nos hace pensar que el tacto y el movimiento son fundamentales para la supervivencia.

La experiencia de recrear estas primeras instancias de contacto puede servir como elemento reorganizador de la unidad psicofísica, tanto en niños como en adultos. En el caso de mujeres en el período de gestación, este tipo de exploraciones, usualmente realizadas con la ayuda de esferas y elementos de soporte adicionales, les permite fortalecer el vínculo con su bebé, a través de experimentar en sus cuerpos las vivencias del niño dentro de su vientre.

**Intrauterinamente aprendemos básicamente a través de la estimulación sensorial, a través de las presiones que ejercemos y que recibimos en la interacción con las paredes del útero, que van organizando nuestra capacidad de percibirnos, y percibir a los demás.**

Los recién nacidos, aun antes de que se organice la visión bifocal aprenden a través del contacto cuerpo a cuerpo con quien les tiene en brazos, pero también a través de las sensaciones que reciben de las superficies y de los objetos que tocan y que les tocan.

Como personas adultas, finalmente, nos relacionamos a través del contacto, desde un formal apretón de manos hasta un abrazo o un beso. Muy frecuentemente la capacidad de sentir a través del tacto se ve disminuida por la educación, o las exigencias de lo cotidiano. Para mantener el cuerpo abierto y despierto, necesitamos redescubrir las sensaciones a través del contacto con el piso o con una pelota durante una clase de trabajo corporal, o en un masaje.

**Toda experiencia de contacto es una experiencia de aprendizaje.**

Desde las membranas celulares hasta la piel tocamos y somos tocad@s por las células, los tejidos, los fluidos, los objetos, los cuerpos, las miradas, los sonidos, las palabras. El tacto nos acerca al mundo, y es la llave más antigua de nuestra memoria.

*Muchas cosas me lo dijeron todo. No sólo me tocaron o las tocó mi mano, sino que acompañaron de tal modo mi existencia que conmigo existieron y fueron para mí tan existentes que vivieron conmigo media vida y morirán conmigo media muerte.*  
Pablo Neruda

## Referencias

–Bonnie Bainbridge Cohen. Sensing, Feeling and Action, Contact Editions.

–Diane Ackerman. Historia natural de los sentidos, Emecé Editores.

–Herbert Lippert. Anatomía. Estructura y morfología del cuerpo humano, Editorial Marbán.

© Silvia Mamana. Publicado en revista Kiné, edición N° 74 (octubre noviembre de 2006.) Revisado y actualizado en 2022.

# lo epidémico y el pensamiento corporal

escribe Susana Kesselman

**Los profesionales que circulamos por las disciplinas de lo corporal, estamos compelidos a generar conceptos. Conceptos que son los modos de nombrar, de pensar, de sentir y de actuar de los profesionales que transitan por tales disciplinas, que para seguir desarrollándose necesitan un acontecimiento verbal que dé cabida a tantos acontecimientos que se producen en sus prácticas. Conceptos que den cuenta de la multiplicidad y singularidad de nuestro campo, asentado en la dilucidación de lo corporal, como mirada, como nivel de análisis, como dispositivo, y al que el imaginario social reduce a recursos técnicos, a cuerpos, siempre condenados a afirmar su existencia.**

## Estar en la piel

Hay un "estar en la piel". La piel es superficie, es frontera, es comunicación. Estar en la piel es un estar de superficie. Recuerdo la frase de Paul Valery, "lo más profundo es la piel". Reflexiono: estar en la piel, es un estar de superficie, cuya profundidad es la extensión. Un toque en la piel del talón puede ser percibido en la piel del rostro, porque la sensibilidad epidérmica se propaga como rizoma, a ras de la piel ("la cosa extensa" dicen los filósofos).

**La piel es el sistema nervioso exteriorizado. El interior de una persona se exterioriza a través de la piel. Aún más: no es tan fácil establecer un adentro y un afuera. Entonces, ¿qué tocamos cuando tocamos la piel?**

Me pregunto si habrá personas con más tendencia a **estar en la piel**, que exteriorizan su intimidad, que están en la superficie de sus cuerpos, en esa profundidad que es la superficie, más atravesadas por los afectos, por las emociones, sensibles en sus receptores epidérmicos. Y otras, más resguardadas en sus espacios internos, ocultas en su musculatura, más profundas hacia el interior, cualidades que podría adjudicar a un **estar en el hueso**. Otras quizás tengan más tendencia a la acción, y desde esta perspectiva a un **estar muscular**.

Así como llegué a las ideas de lo **corporal**, en este caso, considero la posibilidad de nombrar **lo epidérmico** -también lo óseo, lo muscular, lo visceral- pensando en miradas variadas sobre la vida, en modos de hacer, de sentir, de afectarse las personas.

Me digo que tal como existen personas con una tendencia mayor a estar en la piel o en el hueso, probablemente haya libros "más" epidérmicos y se me ocurre el libro de Barthes: *Fragmentos de un discurso amoroso*, o *En busca del tiempo perdido*, de Marcel Proust. Qué más epidérmico que *El libro del desasosiego* de Fernando Pessoa. "Soy una placa fotográfica extremadamente sensible. El mundo exterior para mí es siempre una sensación". Podrán decirme que no es sólo epidérmico, pero a mí me eriza la piel cuando lo leo. ¿Debo o no debo creer en mis sensaciones?

También películas. ¿Será *La lección de piano* una de ellas? El estilo de algunos directores de teatro, músicos, pintores, bailarines, personas en general, culturas, sectores de la sociedad, momentos históricos, podría ser analizado desde esta perspectiva.

Del mismo modo **lo óseo**. Libros óseos, con más sustantivos que adjetivos, a los que no se les podría quitar ni añadir palabra alguna, en los que se descubre la solidez del hueso. Lo experimenté con el libro de *La eutonía* de Gerda Alexander, o con libros

muy distintos como *Moby Dick*, o con algunos cuentos de Carver. Libros que inspiran a mis huesos a buscar espacio y nuevas organizaciones posturales.

También un método de trabajo tiene etapas que se caracterizan por unos y otros estados. Lo observo en mi metodología personal.

Ante un tema sobre el que debo investigar, tengo por lo general en los comienzos, un estar epidérmico. Me dejo agenciar por el tema, estoy sensible a sus resonancias, a las evocaciones que me despierta.

En una segunda etapa, mi estar es más muscular. Me muevo, es una etapa de búsquedas. Frases sueltas escritas en hojas desordenadas, diversos libros sobre la mesa y otros lugares variados.

Luego un estar más óseo: las frases se ordenan en un texto. Selección, desecho, organizo, titulo, cuido el estilo.

## El tacto en la clínica corporal

La eutonía hace diferencia entre un toque en el hueso y un toque en la piel. A este último lo denomina *neutro*, porque es un toque que no intenta adentrarse en el cuerpo. La mano del terapeuta se detiene en la superficie corporal, aunque también podría tratarse de un toque a través de un bambú, de una pelota de tenis, un movimiento de la ropa deslizándose sobre la piel. Muchos toques que en eutonía llamamos epidérmicos, son toques en la ropa, a través de la ropa.

**Si bien la eutonía ofrece un menú de posibilidades de toque, el eutonista tendrá que dejarse afectar por la persona que lo consulta y estar con su propio cuerpo sensible para elegir el toque que convenga a "ese" otro cuerpo, en "ese" momento.**

No hay normas rígidas para "lo que hay que hacer", aunque existan principios que sostienen el método.

El eutonista elige un toque en la piel. Un modelado, esta vez. Sus manos intentan descubrir y hacer perceptible la forma corporal a quien asiste al tratamiento. ¿Por qué el eutonista elige ese toque? ¿Qué capta de la persona que lo consulta? ¿Qué conceptos lo avalan? ¿Qué personas pueden beneficiarse con un toque en la piel?

El toque en la piel, puede diagramar nuevos focos de atención en quienes padecen fibromialgias y afecciones similares, que notan con más intensidad los músculos que otras partes del cuerpo.

Un toque neutro, que no invada espacios internos, pero que delimite los contornos del cuerpo, puede ser beneficioso para aquellas personas que experimentan sus límites corporales fragmentados o no los distinguen con claridad, como suele ocurrir en



las crisis del esquema y de la imagen corporal que se dan en ciertos trastornos de la alimentación y en adicciones.

Un toque en la piel ayudaría a generar una sensibilidad más fina para registrar los mensajes corporales a quienes "se juzgan" insensibles o sensibles en exceso, ante los mensajes que les llegan de sus cuerpos (estrés, síndromes de pánico y más cuadros).

A pesar de los ejemplos, no quisiera ser esquemática en este tema de los diagnósticos y de las técnicas a aplicar.

El eutonista posa su mano sobre la ropa y siente la temperatura, el movimiento respiratorio de un cuerpo cercano, que atravie-

sa la ropa y busca su mano. El toque en la piel requiere del arte del eutonista, de la utilización de todos los recursos de su galea, porque no es fácil permanecer en la piel. La impaciencia, la espera de resultados, pueden empujar a ir más allá.

Entre quien asiste al tratamiento eutónico y el eutonista se va produciendo un encuentro. Nada lo precede. La caja de herramientas es activada por ese encuentro. Allí el eutonista confronta lo aprendido, lo reflexionado, lo sentido. Desde allí nutre sus reflexiones.

**Susana Kesselman** es Lic. en Letras, Eutonista, creadora del Corpodrama, Asesora del Centro de Psicoterapias Operativas.

## escuchar con la piel

escribe Emiliano Blanco

Anotar los registros de sensaciones, imágenes y/o gestos; es una de las actividades que en las clases de Expresión Corporal colaboran en la identificación de las estrategias que sostienen nuestro danzar, para detectar que tomamos decisiones y que estas acompañaron el desarrollo por el que fuimos movidxs.

En esas exploraciones, suelo proponer una idea de escucha. Pero de una escucha que no se relaciona directamente con el sentido auditivo; sino que se refiere a una posibilidad de escuchar con la piel o escuchar con todo el cuerpo. Haciendo referencia a un estado ampliado de la atención. Una atención que atiende a las sensaciones.

Escuchar con la piel, implica permitir que el cuerpo encuentre su comodidad y sus incomodidades, en ese lugar/territorio escogido como foco de atención. Y también habilita a confiar en que esas sensaciones nos devuelven una información de lo disponible y lo distinto, una diferencia entre lo que sucede y lo que esperamos que suceda. Poner en práctica esta atención, amplía nuestras capacidades, ya que requiere una invitación a ponerse en riesgo y correrse de esas imágenes estáticas que tenemos de nosotrxs mismxs, nuestros prejuicios o lo que esperamos que nos acontezca cuando bailar parece una cosa alejada de nuestra posibilidad.

**Me interesa convocar a una actitud de acecho con el propio límite. Animarnos a jugar con nuestros bordes, para adecuar el cuidado con responsabilidad. Un cuidado que es de cada unx.**

Tenemos nuestro vínculo con el movimiento funcional cotidiano impregnado en la piel; pero propiciar el despliegue de un territorio en intenso intercambio con esta información sensorial, crea situaciones de vulnerabilidad con la fuerza física que puede convocar la lúdica. Provocando lo impensado y la posibilidad de un acercamiento con lo inusual, lo desconocido y el imaginario.

No sabemos con absoluta precisión donde comienza ni dónde termina nuestro cuerpo en esos bordes sensibles, pero podemos intentar esa excursión con permisos. El consentimiento es importante. Ese territorio, puede abordarse de múltiples modos. Son muchas veces los modos quienes hacen a la diferencia de qué convocamos cuando nos animamos a hacer estas experiencias.

Estimulando así los distintos sistemas corporales. Por ejemplo, si movemos la ropa que tenemos ahora, para percibir el roce o el contacto con distintas superficies a nuestro alrededor, eso colabora con las diferentes cualidades de lo que nos rodea y sus texturas. Ni hablar si nos animamos a que estas experiencias de contacto las desarrollemos con diferentes zonas del cuerpo, ya que la sensibilidad muchas veces está concentrada en cómo nos disponemos con ella.

Otra variación se presenta si modificamos la cualidad del toque: más superficial o profundo, más o menos duradero, más lento o más rápido.

Y si estas exploraciones las realizamos con otros cuerpos, el estímulo es totalmente diferente: centrarse en qué siente cada unx, realizar un movimiento en respuesta al estímulo, abrir la exploración a una improvisación en dúos.

La piel, con sus funciones y posibilidades sensoriales; nos devuelve una información común: es un gran envoltorio que nos separa y contacta con lxs otrxs al mismo tiempo. Con todas sus capas delgadas, y ultrasensibles, con sus pelos, rugosidades y superficies. También es todo aquello que desconocemos de nosotrxs. Al decir de Paul Valery citado en Deleuze: *lo más profundo es la piel*.

Desconocemos lo que puede sucedernos cuando realizamos este tipo de experiencias, porque interactuamos con «novedades». Por eso estas experiencias son una práctica que nos demanda entrega, y confianza en esa profundidad de inmersión. Inmersión inacabada, heterogénea; no tratando de alcanzar una forma, sino provocando un tránsito con interrogantes para descubrir resonancias. Creando un lugar donde transitar epidérmicamente con ese bailar en relación con un entorno, con la inquietud de lo que puede un cuerpo, una idea, una sensación. Pero es necesario volver sobre estas experiencias, para no anquilosarnos, ni crear recetas.

Enfrentar las preguntas y animarnos a acuerparlas, permite imaginar que esta sensibilidad circula, penetra en el tejido social y reactiva el espesor que somos. Es una invitación, un llamado a improvisar con la potencia de nuestras pieles sensibles. Quizás ahí, hay un poro por donde comenzar a abrirse... en fin, bailar.

**Emiliano Blanco** es prof. de Danzas Folklóricas EMBA. Performer y bailarín de Expresión Corporal. Prof. Universitario de Artes en Danza mención Expresión Corporal, UNA. Docente UNA. Sikuri y cantor popular.

# otra comunicación es posible y necesaria

... más aún: ¡imprescindible!  
Cuando decimos «otra» nos estamos refiriendo, en realidad, a «otras». Esos otros medios de comunicación que más allá de los hegemónicos vienen trabajando intensamente con diferentes puntos de vista pero siempre con honestidad, buscando desenmascarar la información falsa, visibilizar las agendas que los grandes medios ocultan, recurriendo a fuentes confiables... Esos medios «sin patrón» que se van multiplicando y fortaleciendo permanentemente en los más diversos formatos. También aludimos a la comunicación que implica presencialidad, debate grupal, encuentro, asamblea, manifestación callejera. Comunicación entre cuerpos, proximidad, contacto, empatía. Cuerpos que comunican desde la danza compartida o la expresión coral hasta la piel que habla con sus tatuajes y marcas. Por eso este informe está escrito por especialistas de muy diversas áreas que abren un abanico comunicativo múltiple, complejo... insistimos: necesario.



## sobra y falta información

escribe: Julia Pomiés

«Si se afecta a la comunicación, se está hiriendo, a veces de muerte, a la condición humana...» Alicia Entel

La idea que antecede a este texto atraviesa los contenidos y enfoques del primer tomo del Diccionario de comunicación. Una obra imponente de 364 páginas, que reúne conceptos y debates fundamentales de las Ciencias de la Comunicación, en 45 apartados ordenados alfabéticamente.

Alicia Entel<sup>(1)</sup>, Profesora Emérita UBA, ideó, coordinó y publicó este libro en el año 2023, en AIDÓS Editores, editorial de la Fundación Walter Benjamin que creó y dirige.

Y a finales del año pasado publicó el segundo tomo focalizado en la información, las tecnologías y el periodismo. En él se amplían y desarrollan conceptos muy mencionados hoy pero no siempre conocidos en su origen, importancia e historia, como «big data», «algoritmo», «plataformas», «geopolítica», «inteligencia artificial», «credibilidad», «delegación cognitiva»...

El acto de presentación resultó tan interesante y provocativo que nos estimuló a dedicar nuestro informe biopolítico al tema de la comunicación, y de las otras comuni-

caciones que existen más allá de las hegemónicas, y también más allá de los medios periodísticos. Las comunicaciones que implican presencialidad, que incluyen lo corporal, lo grupal, el contacto, el compromiso artístico y creativo, la manifestación conjunta en los espacios públicos...

**Coincidimos con Entel: «En el mundo del bla-bla-bla, donde verdad y mentira se confunden, donde al ver una imagen no se sabe si se trata de un artificio o una toma fotográfica real, donde el saber y los recursos forman parte de las guerras, la información se torna un elemento imprescindible, así como la capacidad de distinguir, tomar distancia, no dejarse engañar.»**

Resaltamos la idea de «no dejarse enga-

ñar» porque consideramos que es una clave fundamental de esta época plagada de manipulación, noticias falsas que alcanzan cada vez mayores niveles de efectividad con el uso y abuso de la inteligencia artificial. Con el descaro con el que se atreven a mentir políticos, funcionarios, «influencers». Con la proliferación de fuentes informativas tendenciosas e inconsistentes, y sus permanentes intentos de infiltrar nuestra subjetividad.

Muchas veces los relatos que se utilizan para tales manipulaciones son creados en los llamados **think tank** (tanques de pensamiento, usinas de ideas) fundados por organizaciones o grupos de «expertos» que analizan políticas públicas, economía, tecnología, temas sociales... para generar propuestas que influyan en la toma de decisiones de gobiernos, empresas y, fundamentalmente, en la opinión pública. Los hay de nivel internacional, regional, local.

Se considera que en América Latina nuestro país se destaca como líder en cantidad de estas instituciones, que trabajan con objeti-

vos tanto inmediatos como de mediano y largo plazo. Producen informes que nutren a la prensa, a las universidades públicas y privadas, a funcionarios y organismos del Estado, organizan seminarios... Con frecuencia adoptan formatos de ONGs (Organizaciones no gubernamentales) sin fines de lucro.

**Aunque suelen presentarse como independientes, los think tanks tienen orientaciones ideológicas bien definidas, entre las que predominan tendencias liberales, conservadoras y de ultraderecha.**

**Mucho más que vigentes**

Según señala Alicia Entel hay un debate que concentra su mayor preocupación en el siglo XX, y que hasta la actualidad emerge con insistencia sin que parezca alcanzar instancias superadoras.

continúa en la página siguiente

Se trata del debate que se refiere a la relación entre la política entendida como motor de emancipación, o por lo menos de bienestar ciudadano, y las transformaciones tecnológicas mediáticas –nunca neutrales– que, para algunos pensadores, continúan su crecimiento sin que la política pueda, quiera, o logre actuar. El dilema, que parece reciente, tiene una larga trayectoria.

La **escuela de Frankfurt** (Instituto de Investigación Social creado en Alemania en 1923) fue pionera en analizar la acción de los medios y las industrias culturales como parte de una etapa del capitalismo que colaboraba con el desarrollo de los totalitarismos europeos. «Si bien los pioneros de la corriente de Frankfurt fueron denostados por su perfil apocalíptico –afirma Entel– la actual marcha de las sociedades, en las que ellos se desarrollaron, pareciera confirmar sus vaticinios.»

Hacia los años '60 los estudios de comunicación comenzaron a pensarse imbricados con los estudios culturales. Esa visión tuvo especial auge en los años '80, sobre todo en Latinoamérica, y permitió investigar y comprender fenómenos populares que antes no lograban incluirse en lo académico.

Esa etapa fue posible después de un período siniestro de mordazas dictatoriales, exilios y desexilios, contundentes censuras, a veces encubiertas, a veces tan explícitas como en la Argentina de la dictadura de 1976 cuando se imponía «el silencio es salud» mientras se producían desapariciones de personas, se secuestraban bebés, se realizaban los vuelos de la muerte, las torturas... y tantas otras atrocidades, hasta el advenimiento de la democracia y el «Nunca Más» del que hace pocos días, el 24 de marzo, se recordaron los 50 años con vigili- as y marchas multitudinarias que convocaron a cientos de miles de manifestantes...

Fue en la década de los '80, como señala Entel, que se publicaron libros como *Culturas populares en el capitalismo* (México, 1982) del investigador argentino Néstor García Canclini quien analizó la hibridación cultural como el fenómeno resultante de la globalización en la que se desdibujan las fronteras entre lo académico, lo popular, lo masivo. *Comunicación, cultura y hegemonía: De los medios a las mediaciones* (Barcelona, 1987) del teórico de la comunicación español-colombiano Martín Barbero, que se pregunta por el modo en que los sectores populares interpretan y resignifican los productos culturales hegemónicos. *Otro territorio* (1988, Bogotá, Colombia) de Renato Ortiz, nacido en Brasil y doctorado en París, estudioso de la mundialización de la cultura. *En la calle otra vez: las bandas. Identidad urbana y usos de la comunicación* (1991, México) de Rossana Reguillo, académica mexicana especializada en temas de las ciudades y la juventud; activista por los derechos humanos.

Esos puntos de vista que irrumpieron con potencia incorporando las culturas popula-

res a los estudios académicos lejos de perder vigencia continuaron consolidándose en las investigaciones acerca del funcionamiento actual de los medios, y las funciones y disfunciones del periodismo hoy.

Y ya en este siglo XXI proliferan con intensidad gran cantidad de estudios sobre el tema de la comunicación y el periodismo. En esta oportunidad y este espacio sólo quiero destacar algunos títulos y autores que ponen el dedo en la llaga en puntos fundamentales, que no sólo siguen vigentes: se han convertido en verdaderas urgencias.

**Desinformación. Cómo los medios ocultan el mundo** (2009, Ediciones Península, Barcelona) de Pascual Serrano, con Prólogo de Ignacio Ramonet. «Por hábito o por pereza intelectual seguimos pensando que la censura sólo la ejercen los gobiernos autoritarios –afirma Ramonet– y agrega: la censura es lo propio del poder... y Pascual Serrano nos abre los ojos: en democracia la censura funciona por asfixia, por saturación, por atasco, por sobreinformación.»

El exceso de datos, imágenes, discursos... actúan como un biombo que impide evaluar la información fundamental contenida en esa catarata –no siempre fiel a la realidad– y además oculta y distrae de lo que está detrás.

Resulta inevitable pensar en un ejemplo extremo: los seis millones (!) de documentos divulgados sobre el caso Epstein (el magnate financiero de USA vinculado con figuras muy destacadas de todo el mundo, que creó una red internacional de explotación sexual de menores; y murió en prisión en 2019).

**Los dueños de la palabra** (2009, Edit. Prometeo, Argentina). Una investigación de Martín Becerra y Guillermo Mastrini que pone en evidencia la concentración de los medios en la América Latina del Siglo XXI, que no ha hecho más que profundizarse en los años siguientes a esta denuncia.

**Modo Cyborg. Niños, adolescentes y familias en un mundo virtual** (2019, Topía Editorial, Argentina), en el que el periodista y psicoanalista César Hazaki alerta sobre las consecuencias de la hibridación entre los seres humanos y las creaciones de las nuevas tecnologías que nos fascinan convirtiéndonos en verdaderos cyborg (organismos cibernéticos), en un proceso que genera modos de informarse que profundizan la destrucción del pensamiento crítico.

**Editar sin patrón.** (2019, Club Hem Editores, La Plata, Argentina). Un libro polifónico compilado por Daniel Badenes que da cuenta de la experiencia política-profesional de los medios culturales independientes y autogestionados que constituyen espacios de innovación periodística con nuevas estéticas, narrativas y formas de la crítica.

(1) **Alicia Entel** -Investigadora en Comunicación (UBA), doctora en Filosofía (Univ. de París), periodista, fundadora de la carrera de Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Buenos Aires. Profesora Emérita UBA. Creadora y Directora de la Fundación Walter Benjamin.

**Julia Pomiés** es periodista, directora de *Kiné la revista de lo corporal*; Lic. en Artes del Movimiento (UNA); integrante de ARECIA (Asociación de Revistas Culturales Independientes).

## DICCIONARIO DE COMUNICACIÓN

Información, Tecnologías, Periodismo

Alicia Entel



Hernán Anlló - Javier Blanco - Celeste Choclin - Valeria Di Croce - Christian Dodaro - Alicia Entel - María Rosa Gómez - Paula Klachko - Víctor Lenarduzzi - Roxana Morduchowicz - Hernán Pajoni - Mariana I. Pellegrino - Gabriela Samela - Susana Sel - Walter Sosa Escudero - Jimena Toledo - Griselda Vignolo

Fundación Walter Benjamin  
Instituto de Comunicación y Cultura Contemporánea

### Escribe Alicia Entel en la presentación del segundo tomo

Nos ha interesado no abarcar un número muy grande de conceptos sino más bien intentar profundizar y extendernos en aquellos que, a lo largo de los años, vienen estando presentes en investigaciones y prácticas profesionales de Comunicación así como tratar otros, de difusión masiva reciente, aunque no siempre profundizados. ¿Conocemos cómo es la cotidiana de una agencia de noticias? ¿Y cómo se elabora la información periodística? ¿Sabemos hasta qué punto no sólo las palabras sino que los cuerpos informan? ¿Se conoce mucho acaso cuando se menciona y se reitera la palabra algoritmo? ¿Qué relación hay entre información y aceleración? ¿Por qué hoy por hoy es necesario conjugar información con Geopolítica? ¿Es posible unir *Big Data* y Comunicación? ¿Qué vínculo hay entre las infografías y el Diseño de la Información? ¿Estaremos humanizando demasiado a aquel dispositivo complejo denominado inteligencia artificial (IA)? ¿Constituye una oportunidad para mejorar los aprendizajes o un recurso más, como las enciclopedias, hoy casi endiosado? Las Ciencias Cognitivas ¿constituyen un aporte para comprender cómo se elabora la información? ¿Es posible la soberanía informativa en tiempos en los que el mercado pareciera ser un árbitro absoluto? En medio de la trama cotidiana invadida por plataformas, ¿se puede pensar en cómo organizar información alternativa? ¿Tenemos conciencia cotidiana del valor de la información pública?

Desde hace tiempo sabemos que el testimonio provee una forma privilegiada de información; en Argentina lo aprendimos con dolor y a través de narraciones de los sobrevivientes de la última dictadura cívico-militar. También aquí está presente.

En fin, todo este cúmulo de conceptos y unos cuantos más atraviesan el presente Diccionario.

Ahora bien, toda selección implica siempre dejar algo afuera, y tiene un tono sesgado, lo asumimos. Nos interesa: 1. presentar las definiciones y aproximaciones de modo situado intentando no caer en el riesgo de generalizaciones y presuposiciones abstractas. 2. priorizar dimensiones ligadas a perspectivas críticas de la sociedad o, cuanto menos –quizás por inspiración marcusiana– no estimular en el campo intelectual la aceptación a ciegas de lo existente. 3. intentar dar sustento a los conocimientos y la disciplina de la Comunicación sin reparos de llamarla Comunicación. 4. Reconocer el enorme valor de la información bien elaborada y de la actividad del periodismo en el relato de la historia presente.

(Para conseguir ejemplares: WP +54 9 11 5646 3602 // info@walterbenjamin.org.ar)



## MEDICINA ENERGÉTICA BIOLÓGICA CLÍNICA HOMEOPATÍA

### Fundación Dr. Puiggrós

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

Fundamentada en una concepción energética de la enfermedad, que se nutre en la biología y desarrolla una clínica médica específica.

• **Consultorios médicos y tratamientos de enfermedades:**

Alérgicas. Reumáticas. Inmunitarias.  
Oncológicas. Dermatología. Clínica Médica General.  
Pediatría. Ginecología. Neumonología. Oftalmología. Nutrición.  
Psiquiatría. Psicología. Acupuntura.

• **Farmacia homeopática:** Remedios Biológicos, Florales, Herboristería, textos y almacén orgánico y natural.

Riobamba 436 - Farmacia: Riobamba 438

Informes y turnos: 4954-4569 / 5141 4951-3870 / 1919

WhatsApp Farmacia 11 3654 9011

WhatsApp Turnos: 11 3599 6872

E-mail: fundacionpuiggrós@gmail.com farmaciapuiggrós@gmail.com  
encuentropuiggrós.blogspot.com www.farmaciapuiggrós.com.ar



## LIC. SUSANA KESSELMAN

EUTONISTA. CORPODRAMATISTA

### ESCUELA DE PSICODRAMA Y CORPODRAMA

### TALLERES DE EUTONÍA

### INSTRUCTORADO EN RELAJACIÓN ACTIVA

(consultar por modalidades a distancia)

SE OTORGAN CERTIFICADOS

Informes: 15 4050 0408 / 4804-8880  
kesselmansusana@gmail.com  
susana@loskesselman.com.ar

## ESTUDIO KALMAR STOKOE



### EXPRESIÓN CORPORAL

Monroe 2765 011 4543 4230

1428 CABA - Argentina

http://kalmarstokoe.com

Facebook: Estudio Kalmar Stokoe

otra comunicación es posible

# comunicación incomunicada

escribe: Carlos Martos

**Podemos afirmar sin temor a equivocarnos, que nunca en la historia de la humanidad, en un corto periodo de tiempo (tres décadas o menos), un invento que empezó como un teléfono móvil y evolucionó rápidamente hacia el smart phone (teléfono inteligente) ha cambiado el modo de comunicación entre las personas de casi todo el mundo, atravesando distintas culturas y todas las clases sociales. Llevando además de su utilidad, una carga nefasta: manipulación, mentiras, mensajes de discriminación y odio, uso espurio de la inteligencia artificial... tecnologías de vanguardia al servicio de los prejuicios más antiguos**

Este pequeño aparato, que cabe en la palma de una mano, ha revolucionado de tal modo la vida cotidiana que se ha convertido en un elemento casi imprescindible. Sabemos de sus virtudes, y sus múltiples funciones, pero quiero centrarme en la función que nos permite comunicarnos directamente con cualquier parte del mundo e informarnos de lo que nos cuentan.

Pero, siempre hay un pero, a la vez nos distancia de la presencia cara a cara. Desde siempre todos los inventos humanos se han utilizado en todas sus posibilidades, es decir para bien y para mal. Por ejemplo Alfred Nobel inventó la dinamita para aliviar el trabajo de los mineros, pero luego vio que era utilizada también para matar gente, eso le generó tanta culpa que lo llevó a implementar el premio Nobel de la Paz.

**Al principio pensamos, ingenuamente, que el desarrollo de internet y las redes serviría para democratizar la información, y expandir un espacio de libertad.**

Pero resultó que cuatro o cinco empresas (casi todas con sede en EE.UU.) manejan las redes de comunicación, y mediante algoritmos manipulan los datos y violan nuestra privacidad, no solo para inundarnos de publicidad no solicitada, sino lo que es más grave, para influir en nuestros comportamientos, en nuestras ideas en nuestros valores, en nuestra subjetividad. Además resulta que las redes se han convertido en una especie de cloaca, donde proliferan los insultos y las agresiones, y el anonimato permite que afloren las peores tendencias de nuestra especie.

## La Inteligencia Artificial (IA)

El desarrollo espectacular en muy poco tiempo de la IA, cuestiona lo que vemos y escuchamos. Hay un tsunami de desinformación con las imágenes generadas por IA, y esto genera un problema de confianza.

José Patricio Pérez-Rufi, profesor del Departamento de Comunicación Audiovisual

y Publicidad de la Universidad de Málaga, advierte que los videos generados con IA representan un riesgo distinto en la difusión de odio y racismo, ya que "aportan cuerpo de realidad a hechos que jamás han ocurrido". La imagen en movimiento suele percibirse como prueba, al considerar que si lo han visto tiene mayor credibilidad y hace que muchas personas duden menos, **contrasten menos y contextualicen menos lo que circula en redes**

Los perfiles ultras buscan generar odio mediante videos e información falsa que, según explica el profesor, transforma un marco ideológico previo en "evidencia audiovisual" que refuerza la apariencia de legitimidad del discurso extremista.

El problema se vuelve aún más grave cuando el uso de estos videos llega a perfiles de políticos en activo, como el propio presidente de los Estados Unidos, **Donald Trump**, que difunde sus opiniones y campañas políticas con imágenes y videos generados por la IA. Hace tan solo unos días el republicano compartió en su plataforma Truth Social un video generado con IA donde aparecían Barack Obama y Michelle Obama representados como monos.

## IA Difusión de videos y noticias falsas.

Las redes están inundadas con estos videos, que en las primeras 24 horas logran una validación social masiva mediante cuentas automatizadas o **bots que simulan un consenso ciudadano inexistente**. El resultado, es "una pinza perfecta: tecnología de vanguardia puesta al servicio de los prejuicios más antiguos".

Daniel Catalán, catedrático de Comunicación en la Universidad Carlos III de Madrid y colaborador de ACNUR, explica que "el peligro real no es solo la desinformación, sino la erosión de la empatía". A su juicio, **cuando la ciudadanía deja de distinguir entre lo real y lo simulado, termina por desconfiar de los testimonios legítimos**, lo que debilita "el consenso humanitario y el tejido democrático que sostiene derechos como el de asilo".

## Cambridge Analytica (CA)

**Cambridge Analytica (CA) -que no tiene ninguna relación con la conocida universidad británica- fue una compañía privada británica que combinaba el análisis de datos con la comunicación estratégica para los procesos electorales.**

Saltó a la fama en 2018 al verse involucrada en el llamado «escándalo Facebook-Cambridge Analytica». La empresa es conocida por el papel que jugó durante la **campaña para la elección de Donald Trump** como presidente de EE.UU., durante la cual aportó información compleja sobre el pensamiento de los votantes estadounidenses.

Según investigaciones de los diarios *The Observer* y *The New York Times*, Cambridge Analytica obtuvo información personal de **50 millones de perfiles de Facebook** sin que los usuarios lo supieran. Entre la información que recabó la app se encuentra la información personal de los perfiles, **actualizaciones de estado, "me gusta" y "en algunos casos, mensajes privados"**. Ello, según el diario *The Guardian*, le permitió a Cambridge Analytica conocer a **qué tipo de mensaje iba a ser susceptible cada usuario** para tratar de influir en su forma de pensar, así como el contenido, el tema y el tono que debían usar en cada caso.

**Esos datos privados fueron luego utilizados para manipular psicológicamente a los votantes en las elecciones de EE.UU. de 2016, donde finalmente Donald Trump resultó electo presidente.**

Posteriormente se supo que intervino en las campañas electorales de diversos países, incluido el nuestro. Esos contactos ocurrieron antes del escándalo global por el manejo de datos personales en el que se vio involucrada la empresa en 2018. Liderados por Alexander Nix, Ex-CEO de Cambridge

Analytica, al menos otros dos ejecutivos de la empresa viajaron a Buenos Aires, repetidas veces durante los últimos años –según la versión que ofrecieron al diario **LA NACIÓN** desde el lado británico–.

**"Trabajamos en la Argentina", admitió Nix al comparecer ante un comité selecto del Parlamento británico que comenzó a investigar las actividades de Cambridge Analytica.**

Afirmó que hubo tratativas para desarrollar "una campaña anti-Kirchner", aunque obvió decir quién lo contrató "por razones de confidencialidad".

Según el diario **La Nación** el equipo del **PRO** contrató los servicios de **Cambridge Analytica** en la antesala de la campaña presidencial de **Mauricio Macri** de 2015, como así también mantuvo reuniones laborales en los meses previos a los comicios legislativos de 2017.

¿Qué hizo Cambridge Analytica para el PRO? "Digamos que ayudar a determinar qué votantes ya estaban 'perdidos' para el PRO y que por lo tanto no valía la pena dilapidar recursos en ellos y cuáles podían ser 'infectados' con información para convencerlos", precisó a **La Nación** un colaborador de Nix que se reunió con funcionarios argentinos. "Pero aclaremos que nos movimos por una zona 'gris' que por entonces no estaba regulada y mucho menos penalizada", afirmó.

Con estos ejemplos vemos como la democracia aparece jaqueada y cada vez más debilitada ante el avance incesante e imparable del uso espurio y eficiente de las nuevas tecnologías, que manipulan a los electores influyendo en el resultado final de las elecciones.

Vivimos tiempos muy complejos y si no se actúa rápidamente nuestras frágiles democracias dejarán de existir.

Carlos Martos es Geógrafo (UBA), documentalista, co-editor de la revista Kiné.



  
FORMACIÓN TRADICIONAL  
**MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS**  
La Escuela Nuad Thai sigue las enseñanzas de sus profesores, médicos tradicionales tailandeses, para continuar con la difusión y enseñanza de contenidos de las tradiciones Tailandesa y Lanna.

¿Ya tenés conocimientos en Masaje Tailandés?  
¿Querés aprender más? ¿Querés aprender de cero?

**CLASES 1 a 1**  
PROGRAMA DE 2.5 AÑOS:  
Curso de Nivel Inicial, Formación Básica y Formación Avanzada.

11-5564-2817  
escuelanuadthai@gmail.com  
www.escuelanuadthai.com  
escuelanuadthai  
Escuela Nuad Thai

**INSTITUTO DE LA MÁSCARA**  
**50 años**  
CON CUERPO Y ALMA

Fundado en 1975  
Directores: Dr. Mario J. Buchbinder y Lic. Elina Matoso

Uriarte 2322 ☎ 4775-3135  
www.mascarainstituto.com.ar  
@institutodelamascara  
@mascarainstituto  
institutomascara@gmail.com

**FORMACIONES DIPLOMATURAS OFICIALES**

- ESPECIALIZACIONES
- POSTGRADOS
  - Coordinador en Clínica Corporal y Arte
  - Coordinador en Psicodrama / Psicodramatista
  - Seminario de Especialización en Psicodrama y Clínica Corporal (Mensual / Trimestral)
- DIAGNOSTICO CORPORAL

**FORMACIONES Y TRATAMIENTOS ON LINE**

otra comunicación es posible

# comunicación sin presencia

una paradoja contemporánea



escriben: Mirtha Barnils y Gabriela Prosdocimi

**La comunicación humana se originó en el cuerpo que se muestra, la voz que suena antes de significar, el gesto que convoca, el contacto que regula, el silencio compartido. La palabra no creó la comunicación.**

**La comunicación creó la palabra. Intentamos no mirar al pasado con nostalgia, sino evaluar el presente con lucidez: recuperar la comunicación humana es volver a su origen vivo, corporal y relacional. Es desde allí que otra comunicación se vuelve posible.**

La era digital ha expandido de manera inédita la circulación de mensajes, pero al mismo tiempo ha empobrecido la experiencia de la comunicación como encuentro. Conectividad, disponibilidad permanente, no es presencia. Flujo no es vínculo. Respuesta inmediata no es escucha. En el régimen digital, el cuerpo tiende a desaparecer: se vuelve imagen, avatar... El silencio se interpreta como una falla; la pausa, como desinterés. Nunca han proliferado tanto los discursos, ni ha habido tal exceso de palabras, imágenes y mensajes, y, sin embargo, nunca han sido tan profundos el aislamiento, el insomnio, la ansiedad, la precariedad en las relaciones humanas.

Además, vivimos en un tiempo en el que se vuelve cada vez más incierto distinguir qué es real y qué no, qué es verdadero y qué no. Ya no nos sostiene un principio de realidad como horizonte compartido de sentido, ese «nosotros» que sostiene la experiencia común, que nos resguarda de la fragmentación y la deriva, que nos salva de la locura.

Esta paradoja revela el límite del modelo comunicativo dominante en la era digital, definido, además, por la manipulación simbólica, los ritmos impuestos desde fuera, la tiranía de los datos, de algoritmos que moldean el deseo, la atención, la percepción de la realidad.

**Un modelo deshumanizante, que anula la charla viva, evade el contacto, debilita los lazos; promete cercanía, pero suspende el cuerpo; multiplica los intercambios, pero desvanece la presencia. Simula el encuentro, pero no lo encarna.**

Esta paradoja contemporánea nos interpela para una reflexión sobre lo específicamente humano, y sobre el origen y la verdadera naturaleza de la comunicación.

## El Origen de la Comunicación humana: Cuerpo, Presencia y Vínculo

### 1. Antes de la palabra

Es de vital importancia recordar que la comunicación humana no se originó en la palabra. Su nacimiento es anterior, más profundo y más corporal. Esta afirmación, que puede parecer provocadora en una cultura centrada en el lenguaje verbal, es, sin embargo, fundamental para comprender qué entendemos por comunicación y qué hemos perdido en su forma contemporánea.

Antes del habla articulada, antes incluso del *Homo sapiens*, hubo comunicación. Los primeros homínidos ya se comunicaban a través de la presencia, de la mirada, de la postura, de la expresión facial, del contacto corporal, de la proximidad o la distancia, de gestos repetidos, de acciones ritualizadas, de danzas, ritmos y silencios compartidos, y de la voz, de la voz como pura modulación sonora cargada de emoción. No se trataba de signos arbitrarios ni de mensajes altamente codificados, sino de manifestaciones directas de estados vitales.

Comunicar era, en su origen, coordinar cuerpos en el espacio y en el tiempo, reco-

nocer peligro o cuidado, amenaza o alianza, aceptación o rechazo. La supervivencia dependía de esa lectura inmediata del otro. La comunicación emerge allí donde un cuerpo afecta y es afectado por otro cuerpo.

### 2. El origen relacional: comunicar para sostener la vida

La comunicación humana no nació para transmitir información, sino para sostener la vida. La comunicación surge como vínculo, no como mensaje. Su función primaria no fue explicar el mundo, sino crear lazo, regular emociones, garantizar pertenencia, sostener la vida. El rasgo decisivo de la especie humana es la crianza prolongada. Los seres humanos nacemos radicalmente indefensos y dependemos durante años del cuidado de otros. Este cuidado exige sintonía afectiva, presencia continua, atención sensible. Mirar, tocar, mecer, calmar, arrullar, sostener: ahí se funda la comunicación.

### 3. La voz antes del sentido

La voz humana aparece antes que el lenguaje articulado.

**En su origen, la voz no «dice» cosas: hace cosas. Convoca, calma, alerta, protege, acompaña.**

El tono, la intensidad, la cadencia, importan más que el contenido. Un bebé comprende el tono mucho antes que las palabras. Reconoce la presencia viva en la voz, no el significado conceptual.

Esto es decisivo: la palabra nace de la voz -la escritura es una evolución tecnológica posterior que separó palabra y cuerpo-, y la voz nace del cuerpo. La palabra nunca fue algo abstracto, sino vivo, corporizado: fue respiración, ritmo, tono, pausa, silencio. Cuando el lenguaje pierde su anclaje corporal, pierde también su espesor expresivo, su potencia comunicativa.

A través del gesto y del movimiento, la comunidad recuerda, transmite, inscribe sentido en el cuerpo. **El cuerpo fue el primer archivo de la memoria humana.** Por eso la comunicación estuvo siempre ligada a lo colectivo, a lo compartido, a lo que se vive en común y no sólo se dice.

### 4. El nacimiento de la palabra: nombrar para habitar el mundo

La palabra surge cuando el grupo humano ya existe. No crea la comunidad: la expresa. ¿Para qué aparece? No para describir objetivamente el mundo, sino para: nombrar lo significativo, compartir experiencias, transmitir memoria, dar continuidad a la vida colectiva.

**Nombrar es un acto fundante, y es un acto de poder y cuidado: lo que se nombra existe para el grupo.**

Pero incluso entonces, la palabra no estaba sola: iba acompañada de gesto, de mirada, de ritmo, de tono, de silencio. La palabra era encarnada. Sin estos elementos plásticos, sonoros y emotivos, el lenguaje sufriría una mutilación: habremos dejado de comprender y comprendernos, para sólo decodificar significantes lingüísticos muertos, abstractos.

### 5. Derivas y pérdidas

La historia posterior de la comunicación puede leerse también como una historia de separaciones (pérdidas y mutilaciones):

**La escritura separó palabra y cuerpo, la técnica separó comunicación y presencia, la era digital separa mensaje y vínculo.**

Estas separaciones no definen el origen, sino la deriva. Cuando la comunicación se reduce a circulación de mensajes, pierde su raíz vital. Puede multiplicarse en cantidad y, sin embargo, vaciarse de sentido.

### 6. Síntesis.

La comunicación humana se originó en: el cuerpo que se muestra, la voz que suena antes de significar, el gesto que convoca, el contacto que regula, el silencio compartido. La palabra no creó la comunicación. La comunicación creó la palabra.

Intentamos no mirar al pasado con nostalgia, sino al presente con lucidez: recuperar la comunicación humana es volver a su origen vivo, corporal y relacional. Es desde allí que otra comunicación se vuelve posible.

## El cuerpo como resistencia comunicativa

**El cuerpo resiste porque no se deja reducir a mensajes abstractos; resiste porque restituye ritmo frente a la aceleración; presencia frente a la dispersión; contacto y puntos de apoyo frente al aislamiento; silencio frente al ruido; vínculo frente a la mera circulación.**

Prácticas corporales conscientes -especialmente aquellas que integran movimiento, afectividad y encuentro- restituyen una forma de comunicación anterior al mensaje y posterior a él: **la comunicación viva.**

En ellas, el cuerpo vuelve a ser lenguaje, la voz vuelve a ser presencia, el contacto vuelve a ser confianza, y no como expresión metafórica, sino como experiencia concreta en que el sentido se manifiesta, se vivencia.

**Danza Armonizadora se inscribe en esta ética de la presencia.** Al poner el cuerpo en movimiento consciente, en relación con otros cuerpos, restituye dimensiones fundamentales de la experiencia humana que han sido progresivamente anuladas: el ritmo compartido, la expresión de la emoción, el contacto cuidado, la escucha no verbal, la confianza primordial.

**El cuerpo recuerda que comunicar es, ante todo, estar con otros, sostener y dejarse sostener, compartir experiencias, habitar un espacio común donde el sentido no se dice solamente: se encarna.**

Nos recuerda que allí donde la comunicación digital tiende a disolver el vínculo en flujos de información, el cuerpo reunido vuelve a fundar la tan ansiada comunidad.

Desde Danza Armonizadora, trabajamos el encuentro con el cuerpo: escucharlo, percibir qué nos está comunicando, reconocer qué es lo natural para cada uno. Buscamos dejar de lado imposiciones ajenas, los mandatos del «deber ser», las estructuras y los controles que nos alejan de nosotros mismos.

El cuerpo manda; la razón, da forma. Buscamos la armonía entre el contenido -aquello que nos hace ser quienes somos y nos da

sentido de vida- y la forma que ese contenido necesita para poder ser expresado.

Y así vamos trabajando una comunicación más genuina con nosotros mismos y con los otros. Nos identificamos, nos diferenciamos, aprendemos a comunicarnos de manera sincera, fluida, respetuosa.

Sabemos que es necesario madurar en el afecto, en el reconocimiento del otro, en el sentimiento solidario y en la búsqueda del bien común.

**Impulsamos un trabajo corporal consciente, recuperando ese potencial innato de nuestros cuerpos para comunicarse, para mitigar el exceso de intelectualización y el uso desmedido de la tecnología, que nos despersonaliza y nos separa de la experiencia viva.**

Tomamos al cuerpo como un verdadero mapa de todo lo vivido, un espacio en el que se inscribe la historia personal y colectiva, y donde también habita la sagrada semilla de nuestra esencia más pura.

Reivindicamos tiempos largos para sentir, reflexionar, debatir, crear, leer, entender. No estamos dispuestos a perder ese reducto de libertad que aún nos pertenece. Cada minuto en que logramos vibrar plenamente, cada instante de presencia plena y disfrute consciente, es terreno ganado.

**Habitar nuestros cuerpos es hoy, más que nunca, un gesto contracultural.** Es permitarnos preguntarnos por qué me siento así, reconocer qué no está funcionando, habilitar el cambio. Es poder poner palabras y acciones a las problemáticas, a los sufrimientos, a los miedos, a los logros, a los deseos. Es organizarnos y crear caminos propios.

Un encuentro de cuerpos que nos potencie implica darnos presencia real, apoyarnos, sostenernos, superar los miedos, buscar la salida juntos. Escucharnos y vernos más allá de los oídos y los ojos. ¿Qué sentimos cuando vemos o escuchamos al otro con todo nuestro cuerpo? A veces, nos corre un frío por la espalda; otras, se nos llena la boca de saliva o se nos seca; o nos surgen ganas de abrazar o de poner distancia... Estas señales corporales requieren de nuestra atención plena para que el encuentro sea verdadero. Un gesto, una actitud, una palabra significativa, nunca son neutrales ni aislados: forman parte de un entramado cuyo valor no depende sólo del significado conceptual, sino de la intención que los sostiene, de la forma en que se expresan, del tono, de la carga emotiva que contienen, de a quién van dirigidos, de lo que representa dentro de la historia singular de cada persona.

Poder interpretar bien lo que se comunica puede ayudarnos a una buena defensa, a no caer en engaños, y, sobre todo, es fundamental para el encuentro con nosotros y los otros.

Lo más importante es que no perdamos la intención de querer vernos, escucharnos, interpretarnos, y más aún, que la fomentemos, aun cuando eso implique exponernos a nuestras propias trabas relacionales. Y recordar que la comunicación está en todo: en una mirada, en una forma de caminar, en los colores, en los aromas, en el tono de las palabras...

Transformar el exilio en comunión, esa es la tarea. Reconquistar la naturaleza original de la comunicación para devolverle al ser humano uno de sus bienes más preciados.

**Mirtha Barnils y Gabriela Prosdocimi** son Profesoras de Danza Armonizadora, técnica corporal terapéutica creada por Elida Noverzco. danza\_armonizadora@yahoo.com.ar

# con empatía otra escucha es posible

escribe: Gabriela González López

**La autora considera que estamos transitando colectivamente una experiencia traumática. Un conjunto de prácticas trata de imponernos interpretaciones de los hechos que silencian, distorsionan o borran voces y formas de acceso al conocimiento y al reconocimiento. Practicar una escucha empática puede ser una actitud de rebeldía y resistencia, una micro-acción política necesaria en estos tiempos crueles.**

*Cuando el niño era niño era el tiempo de preguntas como: ¿Por qué yo soy yo? ¿Y por qué no soy vos?*

Peter Handke

Quiero escribir esta nota y no puedo encontrar una organización coherente. Pienso balbuceando. Creo que esto es así porque estamos transitando colectivamente una experiencia traumática. En el trauma, la conciencia se escinde del sufrimiento para evitar sentir un dolor desintegrador e insostenible. También, quedan inconexas situaciones relacionadas porque carecemos de los medios o los datos para interpretar la escena total. Dicho de otro modo: «carecemos del diario del lunes». En esa confusión que produce lo inenarrable puede haber más o menos registro de la angustia.

**Lo que vivimos es un espanto que muchos no habíamos imaginado jamás. Todo parece derrumbarse en pequeñas y grandes dimensiones. Yo tenía una idea de un mundo con ideales humanistas en aumento y asisto perpleja al exhibicionismo de una crueldad de grandes proporciones, donde la empatía es una capacidad que desapareció de las aspiraciones sociales.**

Se nos ofrece como modelo, no ya el individualismo, sino algo que podríamos denominar como crueldad.

Este crueldad comienza su línea de acción con el uso de un lenguaje que sirve para revelar lo indecible («ICE», «FAL», y otros términos que aparecen por la geografía mundial) dejando en claro sus macabras intenciones anti-humanas.

En lo local, somos cabezas de ganado del ministerio de capital humano. Escribo esta frase y me viene la imagen del artilugio criollo de cuero crudo que usaban los gauchos: el cuentagano. Capital humano. Se llega de a poco a naturalizar ese concepto, modificando el lenguaje con paciencia y años. Primero pasó en los lugares de trabajo: dejamos de ir a la «oficina laboral» para ir a «oficina de personal»; después el cartelito de la puerta pasó a decir «Recursos humanos» y ahí ya quedamos cosificados, en propiedad de empresas, instituciones, capataces varios con cuentagano en mano. A escala global, el lenguaje empresarial se coló en casi todo y, en la última década, pasaron a gestionarse empresas, instituciones, países, tiempo y hasta emociones. Donde antes se usaban otros verbos como administrar, presidir, dirigir, conducir, disponer y registrar, expresar o sentir, hemos ido pasando al uso casi exclu-

sivo del vocablo: gestionar, reflejo de eficiencia, distancia emocional y connotación comercial. Una clara expresión oficinesca que naturalizó una visión mercantil de lo vital y lo social que, promoviendo la «utilidad» de las acciones y la cosificación de las personas, cambió interpretaciones de la realidad y modos de relacionarnos.

¿Tienen voz los recursos?  
¿Los recursos tienen derechos?  
¿Los recursos tienen sentimientos?

**Después nos volvimos capital de un país; en vez de ciudadanos de un país...**

¿Qué diversidades contempla un capital?  
¿Cómo se expresa a sí mismo?  
¿Cómo se piensa a sí mismo un capital?  
¿Cómo se pertenece a sí mismo?  
¿Dónde están las personas en un capital?

¿Dónde estoy yo en el capital humano?  
¿Dónde estás vos? ¿Y nosotros?  
¿Cómo conjugamos los verbos siendo capital?

Asistimos y sufrimos una violencia epistémica de grandes dimensiones. Conjuntos de prácticas mediante las cuales se nos impone un modo de interpretar hechos que silencia, distorsiona o borra voces y formas de acceso al conocimiento y al reconocimiento. Quizás sería más acertado hablar de múltiples y superpuestas violencias epistémicas. El menosprecio del sentir, la pretendida objetividad de un racionalismo escindido de la corporalidad o la falacia de la objetiva asepsia de la economía numérica, son ejemplos de esta violencia epistémica que busca implantar una subjetividad desalmada, unas normas de interpretación de los hechos que nos toman como pasivo de una fórmula en la que no somos escuchados, ni participamos de la interpretación de los hechos ni de la formulación de las normas. Se intenta que nos interpretemos a nosotros mismos a través de una hermenéutica propiciada por quienes no escuchan y están en una posición de poder y fuerza asimétricamente mayor.

Quiero recordar que la etimología de psicopatía, de [psykh( ) \_\_\_\_ gr. 'alma', gr. cient. 'mente' + -o- gr. + -pátheia -π \_\_\_\_ gr. 'enfermedad'], literalmente significa enfermedad del alma. En unos ensayos de 1920, Carl Jung observa que el pensamiento occidental ha generado una peligrosa fractura entre las acciones de los hombres y lo que se podría considerar lo espiritual (es decir, el carácter, lo afectivo, las emociones, el alma). Jung, en la década de 1920, advertía sobre los peligros de esta ruptura psíquica en la que pensar y sentir quedan disociados.

Esta realidad puede estar también afectando el modo en que nos escuchamos entre nosotros, exigiéndonos gestionar emociones, reacciones o sufrimientos, con la lógica de estar *scrolleando* en vez de escuchando a un amigx o allegadxs que nos habla.

Pienso en unas declaraciones del extraor-

dinario pianista chileno Claudio Arrau, cuando en una entrevista en 1989 explicó su búsqueda técnica diciendo: «La relajación de la musculatura profunda permite al artista estar en contacto con su alma.»

**Y me pregunto si es posible la relajación de la musculatura profunda en este estado de alarma, de cuerpos crispados y asustados o angustiados, de sistema nervioso hiperactivo en este contexto de crueldad. ¿Cómo escuchar? ¿Cómo escucharnos? ¿Cómo salir de esta negociación del alma?**

Es nuestra responsabilidad no reproducir este modelo de interlocución que se nos impone. Según la filósofa Miranda Fricker, que es quien formula el concepto de injusticia epistémica, la Injusticia o violencia epistémica empieza con una percepción testimonial disminuida: es decir que quien oye infravalora lo que el otrx está diciendo, ya sea por lo que dice (una experiencia que, en lo personal, el/la oyente desconoce y reduce para no hacer el esfuerzo de comprender) o por una mirada sesgada y prejuiciosa sobre quién es esa persona que habla.

La compositora Pauline Oliveros formuló el concepto de escucha profunda, *Deep listening*, una actitud que utilizó como base de su trabajo musical. Es un concepto que podemos aplicar a la vida y a la escucha cotidiana para entrenar la capacidad de escuchar: «Agudizar y expandir la conciencia de lo sonoro en tantas dimensiones de conciencia y dinámicas de atención como nos sea humanamente posible.»

**Sin escucha profunda es complicado entrar en empatía.**

De una manera un poco simplista el diccionario define que empatía es la capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos. Es la virtud de sentir dentro de sí lo que otro siente.

## Un concepto, diversas definiciones

Se pueden encontrar muchos y muy buenos ensayos sobre la empatía en internet, un dato curioso es que el concepto se formuló en el siglo XIX en el momento de desarrollo del Romanticismo, y que en el siglo XX la Psicología tomó este término, acuñado originalmente para hablar de la percepción en Estética, para definir una actitud psicológica.

¿Esto quiere decir que antes no existía la empatía? No, quiere decir que antes había una laguna hermenéutica y esta manera de relacionarse o percibir a lxs otrxs no estaba conceptualizada. Lo deja claro la filósofa Martha Nussbaum cuando sostiene que han sido las habilidades emocionales las que permitieron el desarrollo de la sociabilidad. Por lo que es imposible o muy difícil imaginar un desarrollo social en ausencia de la empatía. Martha Nussbaum afirma, además, que la emoción es cognición evaluativa. Para ella, el desarrollo de las capacidades humanas debería ser un objetivo político.

**Sin relajación de la musculatura profunda se dificulta la escucha profunda. Sin escucha profunda no hay posibilidad de empatía. Sin empatía lo que hay es atomización de la conciencia individual y disolución social.**

En épocas donde los objetivos políticos se muestran tan ajenos al sentido de lo humano, **practicar la escucha empática** puede ser una actitud de rebeldía y resistencia, cuando y donde nos sea posible, una micro-acción política necesaria en estos tiempos crueles.

**Gabriela González López** Artista escénica multidisciplinaria, Investigadora, Docente. Profesora titular de cátedra de Entrenamiento Corporal del Actor en la UNA. Coordina los talleres Cuerpo y Artes Escénicas. Actualmente está llevando adelante una investigación sobre la invisibilización histórica del trabajo de dramaturgas y directoras. Cuando era niña, tenía como aspiración ser persona.

# Informar desde los movimientos sociales



texto de Christian Dodaro - Tomado del "Diccionario de Comunicación", Tomo 2 (Fundación Walter Benjamin, Buenos Aires 2025)

A diferencia de los medios tradicionales que priorizan la espectacularización del conflicto (Dodaro y Díaz Ordoñez, 2018), enfocándose en destrozos o enfrentamientos aislados, la estigmatización sistemática de la protesta asociándola con «violencia» o «desorden» y la descontextualización de las demandas omitiendo los procesos de organización colectiva y las causas económicas, los movimientos sociales y sindicales tienen otra actitud.

**Desarrollan acciones comunicacionales disruptivas para lograr visibilidad y generan otros canales de circulación a través de medios comunitarios con raíz territorial así como performances callejeras que convierten el espacio público en un escenario de disputa simbólica.**

Como señalan Segura et al. (2021), estas prácticas no son meramente reactivas: constituyen un contra-modelo de producción informativa, donde la horizontalidad de las asambleas reemplaza la pirámide jerárquica de los medios comerciales, y donde los testimonios en primera persona desmontan el relato de los «expertos» impuestos por el poder mediático.

**Los movimientos argentinos construyen «ecosistemas comunicacionales» propios, combinando radios comunitarias, agencias de noticias alternativas y portales de investigación. Por su parte las redes sociales son utilizadas para tejer redes de solidaridad con información verificada colectivamente.**

Esta comunicación no busca «competir» con los grandes medios, sino crear una esfera pública donde las voces silenciadas puedan nombrar el mundo en sus propios términos.

¿Qué vigencia tiene hoy esta comunicación alternativa y comunitaria? ¿Cómo se articula frente a la viralización de *fake news* y la criminalización de la protesta?

La vigencia de estas estrategias queda clara cuando, frente a cada *fake news*, las organizaciones responden con transmisiones en vivo desde el territorio, la información no es mercancía y comunicar es poner en común.

Los movimientos sociales y sindicatos en Argentina producen información desde la acción colectiva, combinando tradiciones de lucha con innovaciones tecnológicas. Desde las huelgas históricas hasta el movimiento feminista, desde los piquetes hasta las acciones de visibilización en redes. Además, la comunicación de las organizaciones no se limita a informar, sino que organiza, denuncia y crea identidades.

**Frente a la agenda mediática que reduce las protestas a «caos» o «violencia», estas organizaciones demuestran que otra información es posible, una que nace en los territorios.**

## Los movimientos sociales y los sindicatos en Argentina

Los movimientos sociales y los sindicatos en Argentina emergen como respuesta a problemáticas sociales, económicas y políticas, articulando demandas y disputando sentidos en el espacio público.

Los movimientos sociales abarcan un espectro diverso que incluye tanto a organizaciones urbanas como rurales, como mo-

**En un contexto mediático dominado por lógicas comerciales y agendas concentradas, los movimientos sociales y las organizaciones sociales y sindicales enfrentan un desafío fundamental: producir información que emerja desde las construcciones colectivas.**

vimientos de inquilinos, agrupaciones de trabajadores desocupados, cooperativas y colectivos feministas.

**Estos actores, de larga trayectoria como parte de las organizaciones que constituyen lo social y político, se caracterizan por su capacidad de movilización, su relación compleja con el Estado y su arraigo en tradiciones ideológicas heterogéneas.**

Existe un conjunto de tradiciones de investigación para acercarse al estudio de los movimientos sociales, entre los que incluimos al movimiento sindical, que realizan un valioso aporte conceptual y reproducimos brevemente a continuación:

Tarrow (1996, 1998) aporta al estudio de los movimientos sociales los conceptos de ciclos de protesta y las estructuras de oportunidad política.

Tilly (2015, 2022) relaciona la organización de los movimientos sociales y los sindicatos con el funcionamiento de la cultura a través de lo que denomina repertorios de confrontación.

Por su parte Melucci (1991, 1996) destaca la construcción de identidades colectivas en los movimientos. Su enfoque explica cómo sindicatos y agrupaciones sociales (como las fábricas recuperadas o el movimiento piquetero) generan marcos simbólicos que unifican demandas dispersas.

En relación con el estudio de los movimientos sociales desde la cultura E. P. Thompson (1979, 2014) aporta una visión histórica desde la clase trabajadora como sujeto político, no sólo económico. Su análisis de la economía moral ayuda a comprender protestas argentinas donde lo sindical se mezcla con reclamos por dignidad y donde el estudio de la vida, costumbres y experiencias, así como la circulación de discursos, se vuelve medular.

Estas perspectivas, permiten estudiar movimientos argentinos como fenómenos complejos con raíces estructurales y dimensiones culturales y comunicacionales.

## Una perspectiva argentina

Como señala Schuster (2002), en Argentina la protesta social mide el malestar y regula la presión del sistema político. En diferentes períodos de la historia, los movimientos sociales reconfiguran lo social y político a través de acciones colectivas.

Pueden citarse muchos ejemplos: Desde la huelga de inquilinos, movimiento popular en Argentina que se llevó a cabo en 1907 contra el aumento de los alquileres en los conventillos de Buenos Aires y otras ciudades, las huelgas de los obreros del Sur en 1920 y 1922 que desencadenaron la represión en la que se recuerda como La Patagonia Rebelde, la huelga agraria de 1912 en Argentina, donde los chacareros (arrendatarios rurales) protestaron contra los arrendamientos y la situación laboral y los ingenios en 1923, 1949 y 1974, pasando por las puebladas en Cutral Co y Plaza Huincul en 1996, el santiagueño de 1993, las fábricas recuperadas y bajo control obrero, hasta llegar al movimiento Ni Una Menos, surgido en Argentina como parte de los movimientos feministas en 2015 en respuesta a la violencia de género y las peleas por el derecho al aborto.

Se podrían sumar: las asambleas barriales post-2001, que combinaron ollas populares con asambleas; los colectivos feministas

que transformaron pañuelos verdes en símbolos globales; los trabajadores de plataformas, que organizan huelgas digitales.

Svampa (2008) captó este cambio de época cuando analizó cómo los movimientos sociales argentinos pasaron de «la fábrica al territorio» como espacio privilegiado de lucha. Las organizaciones piqueteras, con su innovador repertorio de cortes de ruta, demostraron que la protesta podía crear nuevas geografías del poder. Giarraca (2007) documentó cómo estas acciones construyeron lo que llamó «una sociabilidad de la resistencia», donde el hambre se convertía en organización y la exclusión en creatividad política.

Estas expresiones no constituyen meras reacciones espontáneas o efímeras, sino que representan procesos orgánicos de construcción identitaria, como señala Melucci (1996) al referirse a la acción colectiva como productora de identidades, innovación discursiva y confrontación con las estructuras de poder instituidas.

A diferencia de las interpretaciones reduccionistas que conciben la protesta social como un fenómeno disruptivo y carente de articulación, el caso argentino demuestra que los movimientos sociales pueden modificar las tramas de poder. A través de prácticas colectivas, no sólo interpelan al Estado y al mercado, sino que también generan nuevas formas de sociabilidad y «campos de experimentación social» (Svampa, 2008, p. 35), redefinen nociones de ciudadanía y elaboran marcos interpretativos alternativos, en línea con lo que Laclau y Mouffe (1985) describen como la lucha por la hegemonía a través de la articulación de demandas. En este sentido, su accionar trasciende lo meramente reivindicativo para convertirse en un mecanismo de producción simbólica y transformación cultural, desafiando los «códigos dominantes» (Melucci, 1996).

## Para seguir profundizando

Dodaro, C. (2011), «Alzar la voz y hacerse ver. Activismo, mediación y circulación cultural en Buenos Aires y su conurbano durante las décadas de 1990 y 2000», en Argumentos, Revista de crítica social, N°13, Fsoc, IIGG, UBA.

Dodaro, C., & Ordoñez, V. D. (2018), «Deconstruir el mal menor, discutir el estigma», en Avatares de la Comunicación y la Cultura, N° 19, 5, Buenos Aires: UBA.

Dodaro, C., & Saieva, M. (2024), «Que vayan a laburar. Análisis de la cobertura mediática de los paros generales de 2024» en Revista Sociedad. Buenos Aires.: UBA.

Giarraca, N. (2007). Sindicatos y Estado en la Argentina, Buenos Aires: Biblos.

Melucci, A. (1991), «La acción colectiva como construcción social», en Estudios Sociológicos, México DF: El Colegio de México.

Melucci, A. (1996). Challenging Codes: Collective Action in the Information Age, Cambridge: Cambridge University Press.

Laclau, E., & Mouffe, C. (1985). Hegemony and Socialist Strategy: Towards a Radical Democratic Politics, London: Verso.

Segura, S. et al. (2021), Alternativas: condiciones y estrategias de las radios y los canales sin fines de lucro desde la sanción de la Ley Audiovisual, Santiago del Estero: EDUNSE.

Schuster, F. (2002), La problemática de los movimientos sociales, Buenos Aires: Eudeba.

Schuster, F. (2005), «Las protestas sociales y el estudio de la acción colectiva», en Tomar la palabra (pp. 43-83). Buenos Aires: Prometeo.

Slimovich, A. (2017), «Los enunciadores políticos de la protesta por el aumento de tarifas en Argentina. Un análisis hipermediático de un movimiento social contemporáneo», en De Signos y Sentidos / 18. Santa Fe: Ediciones UNL.

Svampa, M. (2005). La sociedad excluyente: Argentina bajo el signo del neoliberalismo, Bs Aires: Taurus.

Svampa, M. (2008), Cambio de época: movimientos sociales y poder político, Buenos Aires: Siglo XXI.

Svampa, M. (2009), «Protesta, movimientos sociales y dimensiones de la acción colectiva en América Latina», en «Jornadas de Homenaje a C.Tilly»,

Universidad Complutense de Madrid-Fundación Carolina, 7-9 de Mayo. Disponible en: <http://www.maristellasvampa.net>

Tarrow, S. (1996), «Social movements in contentious politics: A review article», en The American Political Science Review, Vol. 90, N°4, dic. 1996, pp. 874-883. Washington: American Political Science Association.

Tarrow, S. (1998), Power in Movement: Social Movements and Contentious Politics (2da ed.). Cambridge: Cambridge University Press.

Thompson, E. P. (1979). Tradición, revuelta y conciencia de clase. Barcelona: Crítica.

Thompson, E. P. (2014), La economía moral de la multitud y otros ensayos, Bogotá: Ed. desde abajo.

Tilly, C. (2015), «Los movimientos sociales como agrupaciones históricamente específicas de actuaciones políticas», en Sociológica México, N° 28, pp.13-36, México DF.

## La protesta hoy. Estigmatización y la viralización

En la actualidad los medios masivos construyen «el sentido común de la antipolítica» Dodaro (2024). Las noticias sólo muestran los destrozos de una marcha, sus titulares hablan de «violencia» cuando hay cortes y de extorsión o aprietes ante las huelgas. Además, al cubrir protestas sindicales, enfatiza el reclamo de los «terceros perjudicados» (automovilistas o comerciantes afectados), invisibilizando las causas estructurales del conflicto.

Frente a este cerco mediático, los movimientos han desarrollado estrategias comunicacionales innovadoras. Las redes sociales se han convertido en un campo de batalla. Slimovich (2017) analiza cómo estas plataformas permiten lo que denomina «auto-representación contenciosa», rompiendo el monopolio de los medios tradicionales en la construcción de la protesta.

**Cuando las fake news sobre protestas se viralizan más rápido que las demandas reales, los movimientos sociales argentinos enfrentan un doble desafío: seguir poniendo el cuerpo en las calles mientras libran una guerra de significados en las pantallas.**

Como trabajara E.P. Thompson (1979) en su clásico estudio sobre la economía moral, ninguna protesta es sólo sobre salarios o rutas: siempre es, en el fondo, una disputa sobre qué es justo, qué es legítimo, qué merece ser visto y escuchado.

**Christian Dodaro** es Lic. en Ciencias de la Comunicación (UBA), magister en Comunicación y Cultura, Fsoc.-UBA y doctor en Ciencias Sociales, UBA. Fue director de comunicaciones CTA, Secretario de Comunicación FEDUBA CONADU, director de la Diplomatura en Comunicación Sindical (UNRN) y coordinador del Observatorio de la representación de lo sindical en medios de comunicación de la Defensoría del Público de Servicios de Comunicación Audiovisual. Es docente en la Universidad Nacional de Avellaneda y en el Seminario de Cultura Popular y Cultura Masiva, UBA, titular del Seminario «Feos, Sucios y Malos, desafíos de la Comunicación Sindical» en UBA. Como periodista, se desempeña en la Radio Madres de Plaza de Mayo.

# cuando los cuerpos **informan**

texto de Celeste Choclin - Tomado del "Diccionario de Comunicación", Tomo 2 (Fundación Walter Benjamin, Bs As. 2025)

Herederos del dualismo, el cuerpo en Occidente se tendió a concebir como aquello a dirimir dentro de la racionalidad moderna. En este devenir podemos advertir al cuerpo pensado como un resto, como fuerza de trabajo y sometido a parámetros de rendimiento, el cuerpo del individuo aislado, el cuerpo promovido desde la construcción del parecer o difundido como una marca personal.

Sin embargo, las construcciones hegemónicas han tenido sus resistencias.

**Así como se desarrollaron los disciplinamientos para hacer del cuerpo, un cuerpo productivo y se asoció la comodidad al aislamiento individual, también advertimos una recuperación de lo corporal a partir de toda una serie de disciplinas que toman al cuerpo como centro.**

De la misma manera que observamos el aislamiento de la percepción corporal, a través de todo un mundo simulado que nos provee el amplio espectro de lo digital y la idealización de cuerpos promovida por las redes sociales, también encontramos los cuerpos presentes en las calles, los cuerpos que se desmarcan de estigmas cosificantes y que emergieron con fuerza con el avance del movimiento feminista en el marco de lo que se conoce como la cuarta ola.

## Cuerpo individual

La vivencia del mundo urbano ha implicado una configuración corporal particular, Richard Sennett (1997) en *Carne y piedra*, afirma que el cuerpo en las ciudades actuales se encuentra adormecido, indiferente. Predomina lo visual por sobre la expresión, las imágenes por sobre la experiencia. Los cuerpos se comportan como extraños, el individuo moderno observa, pero no se contacta con el otro.

A este creciente individualismo lo podemos rastrear en la idea de comodidad que comienza a desarrollarse en el siglo XIX, pensada como un descanso para el trabajo fabril que consumía todas las energías. Con jornadas de 12 a 14 horas los analistas industriales empezaron a verificar que ello no era rentable ya que la productividad comenzaba a descender: "A finales de siglo, era evidente que en esas condiciones la productividad disminuía a medida que avanzaba el día" (Sennett, p.359). Por lo tanto "las carreteras cómodas para viajar, igual que los muebles y lugares cómodos para descansar, inicialmente tenían la función de facilitar la recuperación de los excesos corporales que marcaba la sensación de fatiga", pero desde el comienzo se concibió como comodidad individual: "Si la comodidad reducía el grado de estimulación y receptividad de una persona, podía servir para aislarse de los demás".

**En el desarrollo de la silla, en el paso del banco colectivo en el carruaje al asiento solitario en el tren, hasta en el propio diseño del inodoro "la unión de comodidad y pasividad corporal hizo acto de presencia".**

De esta manera a lo largo del siglo XIX una serie de cambios tanto en el paisaje urbano como en el interior de las viviendas tendió a marcar el rumbo del individualismo moderno: "En las calles, al igual que en el vagón de tren, la gente comenzó a considerar un derecho personal el que los extraños no le hablaran".

Luego ya en el siglo XX será el turno del diseño de las autopistas y la experiencia de recorrer paisajes en solitario mediante el automóvil. Así en estas ciudades contemporáneas donde prima la circulación, la sensación de desconexión con el entorno se advierte a través de la velocidad, donde el conductor no debe distraerse, sólo mirar adelante. Mientras los caminos resultan más fáciles de transitar se registra cada vez menos a los costados. De esta manera, el individuo atraviesa los paisajes, solo, cómodo en su automóvil, sentado, sin desgaste físico.

La comodidad asociada al aislamiento individual, también se advierte en el desarrollo de los medios masivos. La llegada de la televisión puso a la pantalla en el centro geográfico de cada hogar lo que, como señala Eric Sadin implicó una "poderosa movilización de la atención", un aparato que comenzó a formar parte del mobiliario hogareño: "La pantalla se convierte en el objeto privilegiado de la atención dentro de los espacios domésticos y exige que uno se ubique frente a ella. La disposición de las personas y del mobiliario (...) empieza a gestionarse en función del artefacto". Y con ello tiende a operar una dimensión más sedentaria del cuerpo y un distanciamiento cada vez mayor del otro, tanto en la calle como en el propio hogar: "El otro empieza a perder su relación cara a cara para pasar al rol de espectador conjunto".

Hay un sistemático desplazamiento de la mirada que lentamente configurará lo que Sadin define como una "pantallización de la existencia" donde se exhibe todo un mundo ideal para ser consumido a través de la pantalla: "un régimen de esparcimiento o de pasatiempo bajo la forma de consumo en aumento de imágenes".

**Esta pantallización se verá incrementada con el desarrollo de las computadoras cuyo monitor ocupa todo el campo visual y, más tarde, del smartphone que sale de su situación estática y acompaña al sujeto en cada momento de su vida cotidiana.**

## La imagen del cuerpo

Al cuerpo aislado se le suma otra concepción del cuerpo que poco a poco fue tomando forma y nos acompaña hasta nuestros días: el cuerpo ligado al "parecer". En *Antropología del cuerpo y Modernidad*, Le Breton cuenta cómo el dualismo cuerpo/mente sigue operando, pero el rol del cuerpo en la Modernidad va pasando de ser un peso, una carga, a ser una expresión de sí y por tanto la construcción de la imagen personal adquiere un rol muy especial.

En el marco de un creciente individualismo: "el cuerpo se convierte en el refugio y el valor último, lo que queda cuando los otros se vuelven evanescentes y cuando todas las relaciones sociales se vuelven precarias". Pero ¿de qué cuerpos estamos hablando? De corporalidades cosificadas, basadas en estándares de belleza, ideales proporcionados por la industria publicitaria y del espectáculo, cuerpos propios de las masculinidades y feminidades hegemónicas que implican seguir toda una serie de mandatos. El cuerpo de "ser signo de caída, se convierte en una tabla de salvación", una promesa que debe procurar conjugar el creciente sedentarismo de la vida urbana con toda una serie de recetas (dietas, gimnasio, musculación...) tendientes a configurar una imagen acorde, una suerte de "estetización de la vida social".

"El cuerpo se convierte en una propiedad de primer orden, objeto (o más bien sujeto) de todas las atenciones, de todos

**Definamos. ¿Qué informan nuestros cuerpos? El cuerpo es un lugar de inscripción de imaginarios, discursos, memorias, tradiciones ancestrales, modelos dominantes, relaciones de poder.**

los cuidados, de todas las inversiones (...) Hay que mantener el "capital" salud, hacer prosperar a ese "capital" corporal bajo la forma simbólica de la seducción.

**Hay que merecer la juventud, el buen estado, el look. Hay que luchar contra el tiempo que deja huellas en la piel, el cansancio, los "kilos de más", hay que ocuparse y no "dejarse estar".**

El cuerpo se constituye entonces como una posesión, un producto a moldear, un ámbito al que se le debe cuidado y atención, un trabajo permanente y constante. De ahí la idea de "estar en forma" que señala Bauman en *Modernidad Líquida*, como la posibilidad de tener un cuerpo flexible y adaptable a cualquier circunstancia. A diferencia de la salud que supone un equilibrio, el mandato de estar en forma "implica una tendencia hacia el 'más': Se trata de un estado de inestabilidad constante, "un estado de perpetuo autoescrutinio, autorreproche y auto-desaprobación y, por tanto, de ansiedad constante".

## Cuerpos y resistencias

**¿Qué cuentan los cuerpos actuales? En el marco del neoliberalismo y la comunicación digital el ejercicio del poder sobre los cuerpos se realiza a partir de formas más sutiles y tal vez más eficaces.**

Lo advertimos en un sujeto al que se le exige rendimiento ilimitado. Lo encontramos en una confianza desmesurada en sistemas automatizados a los que los individuos deben acoplarse en una suerte de devenir indiscutible. Lo vemos en toda una construcción del parecer multiplicado en mil pantallas y una creciente en términos de Sadin "algoritmización de la vida". Pero, además, los cuerpos actuales dan cuenta de replanteos del dualismo moderno a partir del desarrollo de disciplinas que ponen al cuerpo en el centro.

**A la vez que nos encontramos a los cuerpos en su presencia, en su irrupción en las calles a partir del desarrollo del movimiento feminista.**

Hay cuerpos que resisten los estereotipos y las miradas cosificantes y han podido replantear muchos de los mandatos corporales anteriormente asentados y naturalizados.

## Cuerpos simulados

Con el desarrollo de las redes sociales aquella figura corporal construida desde el "parecer" cobra un gran protagonismo. Sadin en *La era del individuo tirano*, prefiere llamar a las redes sociales "plataformas de expresión

de sí mismo" y advierte en *Instagram* una suerte de liberalismo de uno mismo.

**Una red que busca gestionar el yo como una marca publicitaria.**

Creada en 2010, consolida lo que Paula Sibilia años antes en *La intimidad como espectáculo* definía para redes como *MySpace* o los *blogs* autobiográficos como diarios "éxtimos". Nos referimos a esta capacidad de hacer de la web 2.0 un espectáculo y promocionar al yo como un personaje. A través del uso exclusivo de la imagen y la posibilidad de contar con herramientas muy sencillas de retoques y filtros (sin necesidad de tener conocimientos de programas de edición más complejos) se desarrolla un modo de comunicación dedicada a "la promoción de las propias facultades o más exactamente del propio capital humano" (Sadin). Pero no se trata de publicar imágenes al azar, sino que éstas están cuidadosamente trabajadas y condicionadas por las tendencias de moda (determinadas poses corporales, fondos, situaciones publicables o no publicables) de modo tal de delinear toda una imagen de sí mismo.

**Esta construcción de un cuerpo ligado al "parecer" cobra una dimensión importante a partir del desarrollo del smartphone.**

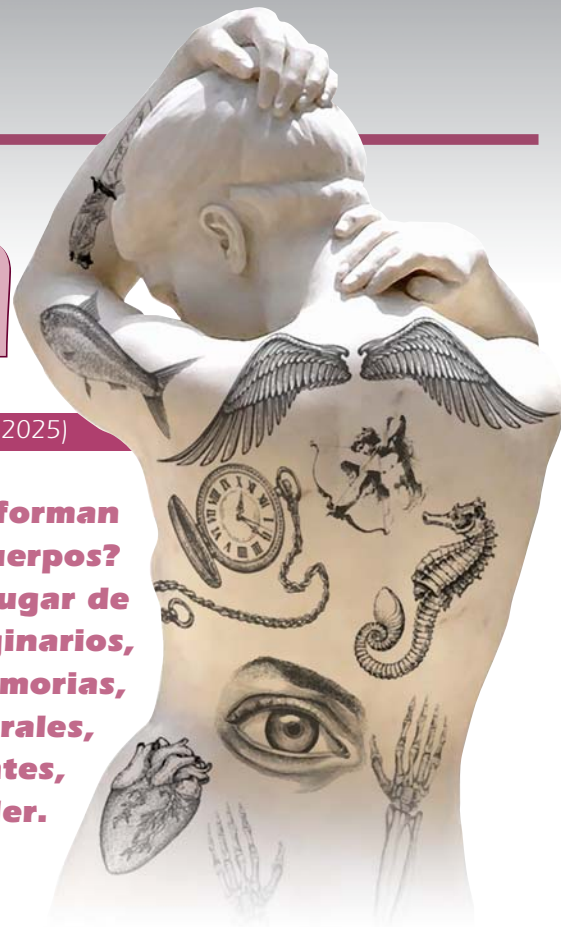
En *La sociedad espectral*, Sadin plantea que el llamado teléfono inteligente, a través de su interfaz táctil, supone más que la prolongación de nuestro cuerpo, una suerte de vampirización, donde el sujeto se comporta frente al teléfono como "un amo absoluto", considera que está a su disposición. "Mientras que él (el teléfono celular), a su vez, hace venir al mundo hacia nosotros y, porque somos tributarios de él de pies a cabeza, nos lleva de las narices con su poder de recomendación".

## Cuerpos presentes

Desde el comienzo del neolítico el hombre posee el mismo cuerpo, sin embargo su función en los últimos años en Occidente cambió drásticamente: "El desgaste nervioso (stress) tomó históricamente, el lugar del desgaste físico. La energía propiamente humana (es decir los recursos del cuerpo) se volvió pasiva, inutilizable; la fuerza muscular ha sido relegada por la energía inagotable que proporcionan los dispositivos tecnológicos", señala Le Breton.

**No obstante, a partir de la segunda mitad del siglo XX se fueron configurando miradas alternativas que le fueron dando a lo corporal un lugar central.**

continúa en la página siguiente



viene de la página anterior

Entre ellas, comenzaron a desarrollarse distintas terapias corporales que conjugaron saberes provenientes de Oriente, del estudio del cuerpo desde miradas alternativas a la medicina tradicional, con la experiencia artística (en especial el teatro, la música y la danza), la psicología y las Ciencias Sociales. Podemos mencionar abordajes como la Eutonía creada por Gerda Alexander, el método Feldenkrais desarrollado por Moshe Feldenkrais, el Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento por Fedora Aberastury, además de la Esferodinamia, la Gimnasia Consciente, la Expresión Corporal, la Danza Armonizadora, entre otras tantas... A la vez advertimos el auge en Occidente de disciplinas orientales como Yoga, Tai Chi o reformulaciones locales de métodos ancestrales.

Estas concepciones tienen en común una perspectiva transdisciplinaria desde donde rechazar el dualismo cuerpo-mente, para considerar al cuerpo como un "entramado biopsico-social", tal como define Julia Pomiés, creadora de la revista Kiné, quien en conjunto con todo un equipo de corporalistas se dedica desde el nacimiento de la revista en nuestro país en 1992 a problematizar el lugar del cuerpo, además de visibilizar y profundizar estos abordajes corporales. Contra los modos de cosificación y creación de estereotipos, estos enfoques plantean que "el movimiento expresivo y la danza son un derecho individual y colectivo de todos los cuerpos, sin limitaciones de biotipos, edades, capacidades" (Pomiés). Tal como lo define Carlos Trosman creador de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu, en su libro *Corpografías*, el cuerpo es un "territorio de entrecruzamientos de lo biológico, lo pulsional, lo social, lo cultural" desde esta perspectiva "el Campo de Lo Corporal, sostenido por las diferentes técnicas y escuelas, se apoya en lo sensorio-perceptivo, la autopercepción, la experimentación y en lo expresivo; no en el rendimiento, la eficiencia y la be-

lleza como propone la ideología hegemónica".

**Estas expresiones tomaron cada vez más relevancia y lograron tornarse más visibles a través de publicaciones, jornadas de intercambio, institutos... e incluso ingresaron a distintos espacios académicos.**

Tal como advierte Susana Kesselman eutonista y parte del equipo asesor de Kiné en el libro *El pensamiento corporal* (1989): "Ser el cuerpo, poner el cuerpo, estar en el cuerpo, hacer con el cuerpo, curarse a través del cuerpo, son palabras clave para la comprensión de cómo el cuerpo se ha transformado en la penúltima década del siglo XX, en un escenario para repensar la vida de cada uno".

### Para seguir leyendo

- Bauman, Z. (2002). *Modernidad líquida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Bellucci, M. (2014). *Historia de una desobediencia*. Buenos Aires: Capital intelectual.
- Freire V.[et al.]. (2018) *La cuarta ola feminista*. Buenos Aires: Emilio Ulises Bosia.
- Kesselman, S. (1989). *El pensamiento corporal*. Buenos Aires: Paidós.
- Le Breton, D. (1995). *Antropología del cuerpo y Modernidad*, Buenos Aires: Nueva Visión.
- Pomies, J. (2025). "Disciplinas e indisciplinas corporales: las pioneras locales y la revista Kiné" en *Actas "Urgencias del cuerpo en estado de crisis. IV Encuentro de Pensamiento sobre Prácticas Somáticas"*, Dulcinea Segura (comp.). Instituto de Artes del Espectáculo, Facultad de Filosofía y Letras, UBA.
- Sadin, E. (2024). *La vida espectral*. Buenos Aires: Caja Negra.
- Sennett, R. (1997). *Carne y piedra*. Madrid: Alianza Editorial.
- Sennett, R. (2000). *La corrosión del carácter*. Barcelona: Anagrama.
- Sibilia, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Trosman, C. (2013). *Corpografías*. Buenos Aires: Topía Editorial.

**También las corporalidades hegemónicas han sido cuestionadas desde la perspectiva de género que toma gran impulso a partir de la cuarta ola feminista, caracterizada por el ciberactivismo con sus dos dimensiones: movilización y contrainformación e información alternativa.**

En nuestro país, ello se advirtió con la conformación del colectivo "Ni una menos" contra los femicidios y su primera gran manifestación el 3 de junio de 2015. Luego cobró gran fuerza a partir de la "marea verde" que con una potencia inusitada inundó las calles en 2018 durante el tratamiento de la sancionada en 2020, Ley de Interrupción Voluntaria del Embarazo bajo el

lema "mi cuerpo, mi decisión". Pero también podemos mencionar la presencia del feminismo en el accionar político a través de los paros de mujeres, pasando por la denuncia de aquello que poco se hablaba y menos se tematizaba como los abusos.

Cuerpos presentes que fueron promoviendo una mirada que comenzó a ser escuchada, ponderada, pero también ninguneada y castigada por una concepción patriarcal que sigue operando en la sociedad y en buena parte de los tres poderes del estado. La frase "este cuerpo es mío no se toca, no se viola, no se mata" verbalizada en declaraciones, carteles, murales supone una profunda crítica a un modelo patriarcal que mantiene a la sociedad en su conjunto sujeta a un sistema basado en la desigualdad.

En este recorrido, hemos visto que permanece una visión instrumental del cuerpo, la de un sujeto sometido a relaciones de poder encarnadas en un modelo técnico-económico que exige rendimiento sin límites.

**Pero también hay otras miradas, concepciones alternativas a las relaciones de poder hegemónicas, formulaciones tendientes a ponderar el cuerpo, la expresividad, la percepción sensible, los vínculos afectivos, la igualdad, los valores humanitarios.**

**Celeste Choclin** es Doctora en Ciencias Sociales (UBA), Magister en Comunicación e Imagen Institucional (UCAECE- Fundación Walter Benjamin), Licenciada en Ciencias de la Comunicación (UBA), docente de Teorías de la Comunicación en la carrera de Ciencias de la Comunicación, Facultad de Ciencias Sociales (UBA), profesora titular de Teorías de la Comunicación en la carrera de Comunicación Social de la UCES y en la carrera de Comunicación Periodística de la UCA. Es investigadora en comunicación y cultura urbana, integra proyectos UBACyT. Ha escrito numerosos artículos sobre cuerpo, comunicación y medios digitales, arte y sensibilidad y construcción de la subjetividad en los tiempos contemporáneos.

FUNDADA EN 1992



**Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu**

Masaje japonés de digitopresión y estiramientos

Director: Carlos Trosman - Psicólogo Social Corporalista



Instituto Internacional de Qi Gong Argentina

Fundador: Dr. Yves Réquena

Director: Carlos Trosman

Única sede en Latinoamérica del iiQG

**CURSOS DE TERAPEUTA DE SHIATZU Kan Gen Ryu®**

INICIAN EN ABRIL y MAYO 2026. En CABA (Almagro) y OLIVOS (Unicenter). Un sábado por mes.

Ver Programa en [www.shiatzukangenryu.com.ar/cursos\\_ba\\_01.html](http://www.shiatzukangenryu.com.ar/cursos_ba_01.html)

Cada Nivel es anual y tiene 8 Módulos cada uno.

Un sábado por mes de abril a noviembre. Revisión y Examen en diciembre.

NIVEL I: Técnica Base - Principios Teóricos

MÓDULO 1

SÁBADO 11 de ABRIL de 9 a 13 hs presencial + clase teórica por Zoom

SHIATZU y AN-MA en SILLA (repite en julio)

Alivia rápidamente el estrés y los dolores del cuello y los hombros.

---

MÓDULO 2

SÁBADO 16 de MAYO de 9 a 13 hs presencial + clase teórica por Zoom

SHIATZU EN LA ESPALDA: Puntos de diagnóstico y tratamiento

Digitopresión y estiramientos para mejorar dolores de espalda y hombros.

---

MÓDULO 3

SÁBADO 13 de JUNIO de 9 a 13 hs presencial + clase teórica por Zoom

SHIATZU PARA LA CINTURA Y PIERNAS

Puntos de digitopresión y estiramientos para aliviar dolores de cintura y piernas.

---

MÓDULO 4

SÁBADO 18 de JULIO de 9 a 13 hs presencial + clase teórica por Zoom

REFLEXOLOGÍA CHINA Puntos de Reflexología china en los pies. Masaje de pies.

SE PUEDE PARTICIPAR DE CUALQUIER MÓDULO EN FORMA UNITARIA

NIVEL III: Supervisión y análisis de casos-Tipologías Chinas

Los mismos sábados de 14.30 a 18.30 hs presencial

1) Recetas de tratamiento 2) Puntos fuera de meridianos

3) Maniobras complementarias

Todos los Cursos y Talleres son teórico-prácticos

Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia

Para todo público. Vacantes limitadas.

Inscripción; [www.shiatzukangenryu.com.ar](http://www.shiatzukangenryu.com.ar)

 Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu

 iiQGArgentina

# PAUSA FELDENKRAIS®

## Angie y Marce




### Clases online regulares abiertas a todo público

Todos los martes y jueves de 11 a 12 hs (hora Argentina)

Se entregan las grabaciones de cada clase



**Anotate o pedí más info:**

**[pausa.feldenkrais@gmail.com](mailto:pausa.feldenkrais@gmail.com) 11 4424 2206**

# la piel, el borde de la identidad y la más grande superficie de comunicación del cuerpo

escribe: Carlos Trosman

## La exclusión diluye al cuerpo

En el devenir de la humanidad, los Estados de las sociedades contemporáneas van limitando sus esfuerzos por incluir cada vez a más personas como «ciudadanos». Esta figura social tiene una entidad política que los incluye como partícipes de una identidad local o nacional, y del desarrollo y orientación social del conjunto, permitiendo el acceso al bienestar y la educación para poder desempeñar roles activos y creadores.

**La dirección de la fuerza se ha invertido y han pasado de ser sociedades con una tendencia centripeta inclusiva, a pesar de que siempre hay sectores estigmatizados y marginados, a ser sociedades exclusivas, excluyentes, con una dinámica centrífuga que empuja hacia los márgenes a cada vez más «ex ciudadanos».**

Demoliendo las fronteras de las clases sociales y culturales y aplanando hacia abajo las identidades, para diluir las capacidades humanas en la refriega cotidiana de la lucha por la subsistencia.

Además de esta participación social cada vez más restringida, el auge de la virtualidad, utilizada como otra forma de borrar a las personas, reemplaza el «antiguo» soporte principal de la identidad: la corporeidad, por imágenes construidas en las redes sociales (ahora con el auxilio de la inteligencia artificial), y personajes que se confun-

den con la persona. El cuerpo como manera de estar en el mundo se diluye en una red global insustancial.

## Anclando el cuerpo desde la piel

**¿No serían los tatuajes y piercings una manera de anclarnos a nuestros cuerpos que se nos escapan, de hilvanar una personalidad para que no se diluya, de comunicarle a los demás mi lugar en el mundo?**

Claramente expresan el deseo de vivir, de participar en la creación que somos, de darnos un lugar elegido en un mundo que muchas veces nos rechaza, y mostrarlo a los demás. «Aunque las cicatrices son siempre huellas del pasado, Kassner, el personaje de Malraux en *El tiempo del desprecio*, pretende convertirlas en un trazo procedente del futuro. Al negarse a aceptar que el mundo no se somete a su voluntad, se corta con un cuchillo otra línea de la vida en la palma de la mano. La piel es siempre una superficie de proyección de la afectividad.»<sup>1</sup>

Nuestra piel es borde, contención, contacto, frontera, límite, percepción, y también es la más grande superficie de comunicación del cuerpo. Un cuaderno de una sola hoja que no nos llega en blanco y sobre el que se va marcando la vida. Hay marcas visibles y otras más invisibles, que a veces en la desnudez del nacimiento o en encuentros íntimos, solamente otro puede verlas y evidenciarnos su existencia.

Podríamos caracterizar distintos orígenes de las marcas de la piel: **De fábrica:** las que

portamos desde el nacimiento, como manchas o lunares. **Del exterior:** como cicatrices de heridas, vacunas, operaciones. **Del interior:** granos, excemas, acné, pruritos, psoriasis. **Ni del exterior ni del interior:** como las alergias, donde un agente externo dispara una condición interna que puede expresarse en la piel.

Todas esas marcas **generan signos de comunicación** que aportan a nuestra identidad, contando historias que se imprimen en la piel o situaciones del ser que se expresan en ella.

Un lenguaje que se desarrolla sin palabras, aunque hablemos de ellas, y parecería generarse casi sin nuestra intervención. Inevitablemente las marcas son y se cargan de significados.

## Texto/textura escogid@

Las marcas producidas en la piel a conciencia, voluntariamente, son un lenguaje escogido para expresar algo estético, político, afectivo, una ruptura, una identificación, etc.

Las marcas producidas en la piel, los tatuajes, los piercings, las escarificaciones, aún los cortes autoinflingidos como un intento de controlar «lo que duele», de ponerlo en una dimensión física y visual, también expresan un intento de intervenir en el control social sobre el cuerpo y en la construcción de la identidad. Muestran que el cuerpo es sostén y expresión de un yo, de una identidad que se manifiesta y decora diferenciándose de algunos y referenciándose con otros determinados grupos desde esta individualidad. Una manera de formatear cuerpo... y alma, o de que el alma formatee al cuerpo.

**Son un mensaje para los otros**, que casi obliga a mirar estas singularidades e intentar



decodificarlas como la lectura de un libro.

Como un discurso donde la persona es alguien, alguien especial que celebra su vida vistiéndola de signos y significados que expresan historias, estados de ánimo, potencias e impotencias, amor u odio, identificaciones. «*El cuerpo, lugar de soberanía del sujeto, es la materia prima de su relación con el mundo. Es un límite que hay que empujar. Sin embargo, como lugar de la necesaria encarnación del sujeto, se erige en la materia prima de su existencia en un contexto de hiper individualización del vínculo social*»<sup>2</sup>.

**Todo esto nos demuestra que la piel también es un medio de comunicación, es otra de esas comunicaciones posibles.**

Les dice a los otros cosas de nosotros mismos, interpela, y también vuelve inolvidables cosas de nuestra historia.

Son parte de nuestras Corpografías.

<sup>1</sup> Le Breton, D., *Cicatrices, l'existence dans la peau* (Cicatrices, la existencia en la piel), París, Métailié, 2024.

<sup>2</sup> Le Breton, D., *Antropología del cuerpo y modernidad*, Prometeo Libros, Buenos Aires, 2021.

**Carlos Trosman** es Psicólogo Social, Diplomado en Corporeidad y Psicodrama, Fundador de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu® en 1992. Director del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina. E-mail: carlostrosman@gmail.com

Todo lo sentido queda para siempre

# DANZA ARMONIZADORA

técnica Elida Noverazco

VILLA CRESPO - VILLA SANTA RITA  
OBELISCO

Contacto  
Instagram: @danza.armonizadora  
Solo WhatsApp: 11 5063 4487

somos usinas de energía  
rio abierto

## FORMACIÓN 2026 Presencial y Online

### 60 años de experiencia en educación y desarrollo humano

INFORMES E INSCRIPCIÓN  
fundacionrioabierto@gmail.com

La Fundación Río Abierto ofrece una sólida **formación en técnicas psicocorporales con un enfoque transpersonal**, a la vez propone la exploración del propio potencial creativo como herramienta principal de cada futuro instructor.

Título reconocido por el Organismo Río Abierto Internacional.

**Clases de:** movimiento vital expresivo, concientización postural, elongación y fortalecimiento, yoga sistema Río Abierto, movimiento para adultos mayores.

**Masajes:** Circulatorios, Energéticos y Correctivos.

**Cursos y Talleres:** Grupos de trabajo sobre sí, Taller de liberación de la voz, Arte, música y movimiento, Grupos de reflexión, Taller de Meditación, Movimiento Libre.

Curso de masaje para principiantes y avanzados.

**PARAGUAY 4694 - PALERMO**  
fundacionrioabierto@gmail.com  
www.facebook.com/rio.abierto    www.instagram.com/rio\_abierto\_argentina

# un viaje hacia el sonido de tu verdad

escribe: Paola Grifman

Reconectar con nosotros mismos no es un ejercicio mental ni algo que podamos resolver con fórmulas, sino un camino de vuelta a nuestro propio cuerpo. Es como redescubrir una forma de comunicación que no se basa en el esfuerzo, sino en la magia de la escucha profunda.

La comunicación es un arte capaz de tender puentes que conectan. Pero, ¿cómo podemos construir un puente sólido hacia los demás si no hemos explorado primero nuestro propio territorio interior?

**Existe una forma diferente y enriquecedora de comunicarnos, una que surge desde la conciencia de nuestro cuerpo, se alimenta del autoconocimiento y florece en el placer de compartir.**

La comunicación tiene el poder de fortalecer relaciones, haciéndolas más auténticas y profundas. Sin embargo, para que esos vínculos sean realmente sólidos, es esencial trabajar desde adentro. Construir bases firmes comienza con cultivar un diálogo interno claro. Aprender a escucharnos a nosotros mismos en todas nuestras dimensiones es el primer paso para expresar con honestidad y coherencia nuestra verdad hacia el mundo exterior.

**La voz: el latido de nuestra esencia**

**La ciencia y la mística se dan la mano en un dato muy interesante: nuestras cuerdas vocales y nuestro corazón comparten un mismo origen embrionario.**

**Vivimos inmersos en un mundo lleno de estímulos y ruidos que compiten por nuestra atención, pero, en esa vorágine, solemos pasar por alto la melodía más importante: la nuestra.**

¿Será que expresarse con autenticidad podrá hacernos sentir que es nuestro propio corazón el que resuena en el espacio?

Habitarnos de una manera nueva comienza por el cuerpo. A menudo, el estrés y las exigencias externas se traducen en una respiración corta, insomnio o tensiones que nos encapsulan en una armadura invisible. Aquí es donde el diafragma, ese motor vital y centro de nuestro sistema, juega un rol protagónico.

Trabajar con la respiración a conciencia en el canto, no es un mero ejercicio técnico; es, ante todo, un acto de autoconocimiento y respeto hacia uno mismo. Al liberar el diafragma a través de sonidos vibrantes y movimientos conscientes, uno da la posibilidad para que el sistema nervioso se calme y recupere su centro.

Cuando logramos espacio interno, la voz resuena dentro nuestro... la pelvis sostiene... el tórax se expande... el cráneo proyecta, trabajando en una sinfonía perfecta. Explorar estos espacios permite descubrir ese tono único que nos define, diferencia y enraíza. Encontrarlo requiere valentía. El canto se convierte así en un ejercicio de libertad donde el sonido viaja en el espacio.

**El arte de escuchar y escucharse**

Es muy importante prestar atención a la manera en que nos hablamos a nosotros mismos. ¿Qué palabras utilizo? ¿Cuál es el tono que empleo? ¿Qué mensajes me estoy transmitiendo? Escucharse en el presente significa dar lugar a todas las facetas

que nos conforman. Aquella que busca seguridad, la que quiere aventura, la creativa, la curiosa, o incluso esa parte olvidada durante mucho tiempo. Respetarse implica abrir espacio a todas nuestras expresiones internas, incluyendo esa voz temerosa, la que quiere liderar, y también esa parte vibrante y apasionada que quiere recuperar protagonismo. Es un proceso de reconciliación interior, donde todas nuestras voces merecen ser escuchadas.

**El desafío de la escucha interna está en comprender cómo nuestro diálogo interior, influido muchas veces por la añoranza del pasado o el miedo al futuro, puede nublar nuestra percepción del presente.**

Esto tiende a aumentar la inquietud y nos priva de la oportunidad de explorar nuevas maneras de ver la realidad. El enojo y la ansiedad desfiguran nuestra perspectiva. Sin embargo, cuando nos permitimos detenernos por un instante para respirar con serenidad, los niveles de angustia disminuyen y la ansiedad puede encontrar equilibrio. Es precisamente en esos momentos de calma consciente cuando redescubrimos nuestra fortaleza interior y volvemos a conectar con una armonía que creíamos perdida.

La escucha honesta y la confianza se construyen a través de la práctica diaria, trayendo de la mano una sensación de mayor claridad y un renacer integral.



**Al alcanzar una verdadera escucha activa hacia uno mismo, la comunicación con quienes nos rodean se transforma profundamente.**

Una persona que se escucha a sí misma tiene mayor capacidad de escuchar genuinamente a los demás.

**¿Te animás a explorar algo ahora?**

Buscá un libro, revista o cualquier texto. Elegí un fragmento. Jugando con tu voz, leelo de distintas maneras o inventale melodías. Después escribí esta experiencia como primer paso para dejar un registro de esta aventura vocal.

El momento en el que nos permitimos escuchar nuestra propia voz con respeto es cuando florece la auténtica comunicación. Una comunicación efectiva que reconcilia nuestro sonido con nuestra verdad. Habitar el mundo con el coraje de escucharse y descubrir la capacidad de explorar nuestra propia voz es un camino esencial de autoconocimiento para conectar con nosotros mismos y con los demás.

**Lic. Paola Grifman** es Psicóloga UBA. Cantante. Docente e Investigadora de la voz, el sonido y el cuerpo. Formada en Técnicas Corporales y Recursos Expresivos. Miembro de la Asociación Argentina de Arteterapia. - [espaciolavozyelcuerpo@gmail.com](mailto:espaciolavozyelcuerpo@gmail.com)

## DOS en DANZA

de Feldenkrais hacia la improvisación

De abril a noviembre | 15 a 17 hs

**Encuentros presenciales:**  
Sábados 18/4 - 6/6 - 29/8 - 7/11  
Sábado 30/5 encuentro virtual

**ESTUDIO KALMAR STOKOE - CABA**

**Info e inscripción**  
[autoconciencia.improvisacion@gmail.com](mailto:autoconciencia.improvisacion@gmail.com)  
11 4424 2206

**Marcela Bretschneider | Método Feldenkrais**  
**Mariana Danani | Improvisación en danza**

## ESFEROKINESIS®

**SMCIEC**  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN & ESTUDIOS CORPORALES  
FUNDADORA: SILVIA MAMANA

Formación y perfeccionamiento para profesionales de la educación, el arte y la salud

*"Esferokinesis pone el énfasis en profundizar en los aspectos anatómicos del cuerpo en movimiento, incorporando elementos expresivos y creativos. La inestabilidad, y la estimulación que se produce a través del contacto físico con las esferas brindan nuevas posibilidades para ampliar la conciencia corporal, para lograr cambios en patrones posturales deficientemente organizados, regular el tono muscular y también reorganizar estructuras mentales y emocionales."*

SILVIA MAMANA, CREADORA DE ESFEROKINESIS.

**Formación en Esferokinesis®**  
**Educación somática con balones**  
**Instructorado: Inscripción hasta el 10 de junio**  
**Profesorado: Inicia en mayo**  
Modalidad de cursada: online en vivo

**Esferokinesis: Capacitaciones especiales Embarazo y Postparto Adultos Mayores / Niños**  
Modalidad de cursada: online

**Cursos cortos de Esferokinesis**  
Online y presencial

**Clases de Esferokinesis**

**Sedes del CIEC:**  
Palermo (CABA),  
La Plata, Maschwitz (Bs. As.),  
Martínez, (Bs. As.),  
Asunción (Paraguay),  
Carlos Paz (Córdoba),  
Rosario (Santa Fe),  
Santiago del Estero,  
General Roca (Río Negro),  
Bogotá (Colombia),  
Caracas (Venezuela),  
Lima (Perú),  
Madrid (España),  
Montevideo (Uruguay),  
Santiago (Chile),  
Sao Paulo (Brasil).

**SMCIEC** CENTRO DE INVESTIGACIÓN & ESTUDIOS CORPORALES FUNDADORA: SILVIA MAMANA

e-mail: [ciec@esferokinesis.com](mailto:ciec@esferokinesis.com) [www.esferokinesis.com](http://www.esferokinesis.com)  
Instagram: @Esferokinesis.Argentina

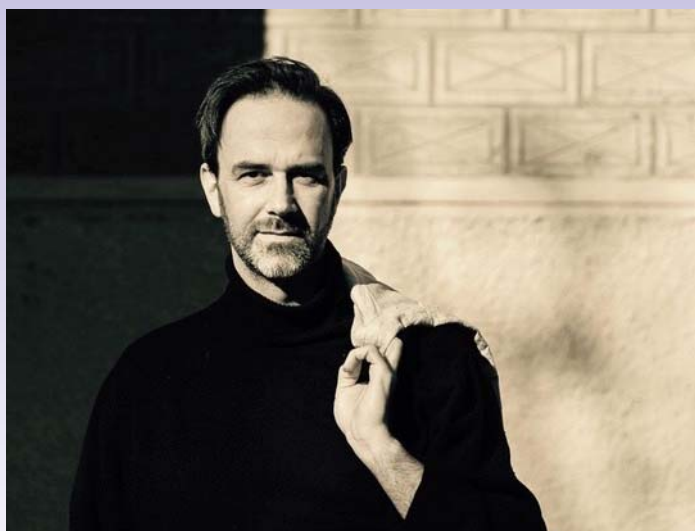
método

# feldenkrais

## Entrevista a Phil Unsel

Formador del Método Feldenkrais

escribe Mara Borchardt



**Phil Unsel es músico y co-director de la Formación de Profesionales del Método Feldenkrais en Argentina. Actualmente co-dirige la sexta edición junto con su colega Marilupe Campero de México. Alemán de origen, llegó a la Argentina en 1992 para estudiar composición de música contemporánea en la Universidad Nacional de La Plata. En la misma época inició su recorrido profundo en el Método Feldenkrais.**

Su primer contacto con el método fue a los 19 años, a raíz de una lesión en un brazo vinculada a la práctica intensiva del piano. Comenzó con sesiones individuales –modalidad que en el Método se denomina *Integraciones Funcionales*–, viajando en tren durante una hora para cada sesión y participando luego en talleres que él mismo organizaba en el hospital donde trabajaba su padre.

Antes de llegar a la Argentina, su maestro de improvisación, el francés Dominique Rebourgeon (último alumno del organista francés Marcel Dupré), le había dado el libro "Autoconciencia por el movimiento" de Moshé Feldenkrais, en respuesta a su búsqueda por mejorar la respiración. Phil hizo las lecciones del libro pero sin realmente conectar con el método.

**La conexión profunda con el Método se daría un año más tarde al encontrarse con su primera docente de Feldenkrais, la alemana Birgitta Griesser, y luego al sumarse a la primera formación de Feldenkrais en Argentina a mediados de los años noventa.**

Phil describe su decisión de formarse en el Método como una apuesta total: solo contaba con ahorros para los dos primeros módulos -la formación completa se realizaba en 8-, pero tenía la convicción de que debía estar allí. Vivía de dar clases de piano y de alemán, durante años sin vacaciones ni salidas, destinaba sus ingresos al alquiler y a la formación.

A fines de los noventa, la crisis económica y el aumento de la inseguridad en Argentina lo llevaron a mudarse a España, primero a Barcelona y luego al País Vasco. En Barcelona colaboró en la organización de las primeras cuatro formaciones de profesionales del Método Feldenkrais en España pasó a ser formador-asistente, luego formador y finalmente co-director de varias formaciones acreditadas. Aparte de la formación en Buenos Aires es co-director en Barcelona, Bilbao (España) y Nuremberg (Alemania).

**Para Phil, la forma en que cada persona llega al Método y el momento en que "conecta" con la propuesta es un tema central.**

Observa que hay quienes parecen candidatos ideales y, sin embargo, no les es significativa su experiencia, mientras que otros, en apariencia menos "afines", la viven con curiosidad y entusiasmo. De todas formas, es indispensable la experiencia con el propio cuerpo para poder reconocer los beneficios de Feldenkrais.

Esa lógica también vale para aprender a transmitir el Método: no hay atajos.

**Phil recuerda un consejo del formador senior Jeff Haller: "traten de llegar lo antes posible a dos mil Integraciones Funcionales porque recién ahí pueden empezar a hablar en serio".**

En su época de estudiante en La Plata, se construyó una camilla en el taller de un amigo luthier y practicaba Integraciones Funcionales con todas las personas dispuestas. La intensa vida social estudiantil le permitió en aquel entonces acumular una enorme práctica.

"Enseñar Feldenkrais en sus diferentes formatos", sostiene, "es la vía que me permite seguir aprendiendo". Los temas que elige para sus cursos siempre están profundamente ligados a sus propios intereses, porque así se articula un proceso vivo: lo que explora y estudia, luego lo comparte y de esta manera va madurando su comprensión y mirada. Esta forma de trabajar genera una relación muy positiva con la profesión y un cierto tipo de libertad. Lo asocia con un proceso similar en la música y el significado de tocar ante el público.

Phil menciona un evento límite, crucial en su vida, que le hizo tomar conciencia aguda de la finitud. Dice no tener dudas de que la mejor manera de emplear su tiempo vital es compartir las posibilidades que ofrece el Método. Desde su perspectiva, Feldenkrais le abrió "una dimensión de inteligencia" que le permitió encontrar alternativas muy valiosas donde antes simplemente no las veía; sin esta forma diferente de explorar y procesar las experiencias, supone que su

vida sería mucho menos rica, y menos sana.

Actualmente es docente en el Conservatorio Superior del País Vasco en San Sebastián lo que le permite trabajar con músicos clásicos jóvenes. Su Laboratorio de Sonido y Movimiento es una materia troncal anual, orientada a la prevención de lesiones, la autorregulación, mejorar el sonido y desarrollar la comunicación para la docencia y el trabajo en conjunto. Le gusta trabajar con músicos aunque comenta que muchos jóvenes necesitan un tiempo para 'despertar' y notar cambios en su música y en sus movimientos. Que su materia sea obligatoria ayuda a no abandonar este proceso antes de tiempo.

**Sin embargo, Phil confía en esta generación y considera que estos jóvenes necesitan justamente el tipo de herramientas que ofrece Feldenkrais porque viven en un mundo de muchas limitaciones y un infierno de estímulos.**

Desde su mirada, el gran desafío actual del Método es tender puentes hacia ellos, encontrando nuevas maneras de comunicar y generando contextos donde puedan tener experiencias significativas.

Phil considera que muchas personas intuyen que tienen un talento sumamente especial, pero la mayoría no llega a aprender lo necesario para validarlo y vivirlo plenamente. Feldenkrais es una vía para hacer posible ese despliegue: reconocer las aptitudes propias, crear condiciones de aprendizaje adecuadas y aprender lo que hace falta para poder desplegarlas.

Phil cita la idea de Moshé Feldenkrais sobre el "sueño inconfesado" (Sobre la Salud, 1979, Artículo en Dromenon): mantener vivo el anhelo intrínseco de uno como 'norte', como brújula interna, aunque no se pueda concretar el deseo, es una invocación irrenunciable para vivir una vida plena. Ese "tesoro" interno, sostiene, es demasiado importante para cada uno como para delegarlo; necesitamos herramientas y una metodología (Feldenkrais) para poder reconocerlo y desarrollarlo en todo su potencial pero la responsabilidad de ir hacia allí y hacer algo con eso es personal.

Para él, **componer, improvisar o simplemente explorar algo nuevo es fuente directa de significado profundo, independientemente del resultado o del reconocimiento externo.**

Su invitación, también para el campo de la fisioterapia, es pensar la salud desde una perspectiva de aprendizaje, de abrir nuevas posibilidades, ayudando a cada persona a encontrar su propia forma de moverse, organizarse y vivir su vida y sus sueños de manera más saludable.

**Mara Borchardt** es MG en Cultura y Comunicación de la Universidad de Buenos Aires y docente del Método Feldenkrais, egresada de la cuarta formación de Argentina.



**A Phil le interesa especialmente el desarrollo motor y humano. Documentó el desarrollo de sus hijos y volcó todo ese material en su libro "El Microcosmos del Movimiento" (Herder, 2018), escrito en la intersección de cuatro perspectivas: Feldenkrais, Paternidad, Ciencia y Arte.**

## experiencias de biodanza

más que un cuerpo propio un cuerpo sensible en comunidad (Tercera Parte)

# comprender el mundo desde una sensibilidad compartida

**En este tercer escrito (la primera y segunda parte fueron publicadas en Kiné 168 y 169) la autora reflexiona sobre diversos temas, pero siempre poniendo el acento en la importancia de los cuerpos sensibles, sensibilizados, que se acercan a la posibilidad de construir una red, una salida del cuerpo individual, al encuentro de un yo colectivo. Aquí compartimos, a modo de cierre, algunas de sus conclusiones y de los fundamentos teóricos en los que se basa.**

David Le Breton explora en ese *cuerpo sensible*: "La existencia del hombre<sup>1</sup> implica un ejercicio sensorial, gestual, postural, mímico, etc.- socialmente codificado y virtualmente inteligible, en todas las circunstancias de la vida colectiva, en el seno de un mismo grupo".

**"La comprensión del mundo - destaca Le Breton- es en sí misma asunto del cuerpo, a través de la mediación de signos interiorizados, decodificados y puestos en juego por el actor".**

"El cuerpo es un vector de comprensión de la relación del hombre con el mundo. A través de él, el sujeto se apropia de la sustancia de su existencia, según su condición social y cultural, su edad, su sexo, su persona, y la reformula al dirigirse a otros" (2010, 18).

Al entrar en relación íntima y sensible con mi cuerpo puedo sentir-pensar el mundo desde un lugar diferente, más conectado al propio deseo vital. Algo que las comunidades indígenas nos vienen avisando hace siglos, y que muy poco se escucha.

**Con ese cuerpo sensible me puedo percibir a mí misma, en relación a la otra/o. Puedo percibir lo que necesito, lo que siento, lo que preciso, tanto para mí como para el mejor vivir de mi comunidad.**

No soy sólo yo, soy mi cuerpo con mi mundo y todo lo que habita. Hay siempre una otra/otro mundo que me invita a sentir. Quizás de eso se trata el cuerpo-territorio del que nos hablan las feministas comunitarias: practicar el sentir colectivo.

La escritora francesa Simone De Beauvoir en su texto *¿Para qué la acción?*, haciendo referencia a la relación que las personas tenemos con el mundo, dice lo siguiente: "Mis relaciones con las cosas no están dadas, no son fijas; las creo minuto a minuto, algunas mueren, algunas nacen y otras resucitan. Sin cesar cambian. Cada nueva superación me da, de nuevo, la cosa superada, y es por eso que las técnicas son modos de apropiación del mundo: el cielo es para quien sabe volar, el mar para quien sabe nadar y navegar. (...) Así nuestra relación con el mundo no está decidida de antemano; somos no-

sotros los que decidimos. Pero no decidimos arbitrariamente no importa qué. Lo que supero, es siempre mi pasado, y el objeto tal como existe en el seno de ese pasado; mi porvenir envuelve ese pasado, no puede construirse sin él." (2000, 12)

Y luego profundiza aún más: esa apropiación del mundo se da a través de las sensaciones, tanto del dolor como del placer.

A diferencia de la mirada estoica que nos dice que hay que liberarse de toda sensación corporal para llegar a la sabiduría. Los y las existencialistas son muy precisos en aclarar que son nuestras decisiones las que nos dan plenitud y libertad.

Podemos decidir cómo sentir, qué sentir y de qué manera vivirlo, para entrar en relación más íntima con nuestro ser.

**En el acto de despojarnos de toda sensación no hay libertad, porque me niego a mí misma, y me niego mi propia trascendencia.**

Con respecto a esa relación con el placer, De Beauvoir sostiene lo siguiente: "Pero, en verdad, el goce no es un dato fijo en la estrecha senda del instante. Cada placer, nos

dice Gide, envuelve el mundo entero, el instante implica la eternidad, Dios está presente en la sensación.

El goce no es una separación con el mundo, supone mi existencia en el mundo. Y, en primer término, supone el pasado del mundo, mi pasado. Un placer es tanto más precioso cuanto más nuevo, cuando se destaca con mayor intensidad sobre el fondo uniforme de las horas; pero el instante limitado a él mismo no es nuevo, no es nuevo sino en relación con el pasado. (...) Y no es tan sólo contemplación; gozar de un bien es usarlo, es arrojarse con él hacia el porvenir." (2000, 18)

### Un punto de partida

"¿Para qué se nos ha dado un cuerpo, si hemos de mantenerlo encerrado en un estuche como si fuera algún valioso Stradivarius?", se pregunta Berta, la protagonista del cuento *Felicidad* de Katherine Mansfield.

En el comienzo del escrito me preguntaba qué hace que nuestro cuerpo pueda ser sensible, a la propia subjetividad y a lo colectivo. Creo que esta pregunta la hacemos todas las personas que queremos transformar algo en nuestro entorno, en las miradas de extrema crueldad egoica que hoy abundan. De a poco vamos per-

diendo sensibilidad motora y cenestésica en nuestras vidas y se nos va dificultando más el sentir propio. Al perder la propia sensibilidad, perdemos la autonomía.

**Esta autonomía no significa no entrar en relación con otras personas y ser un ser autosuficiente, sino que significa que puedo elegir libremente con quién relacionarme y de qué modos, pactar acuerdos, y asumir la interdependencia de afectos recíprocos. Por lo tanto, implica entrar en relación conmigo y con el mundo.**

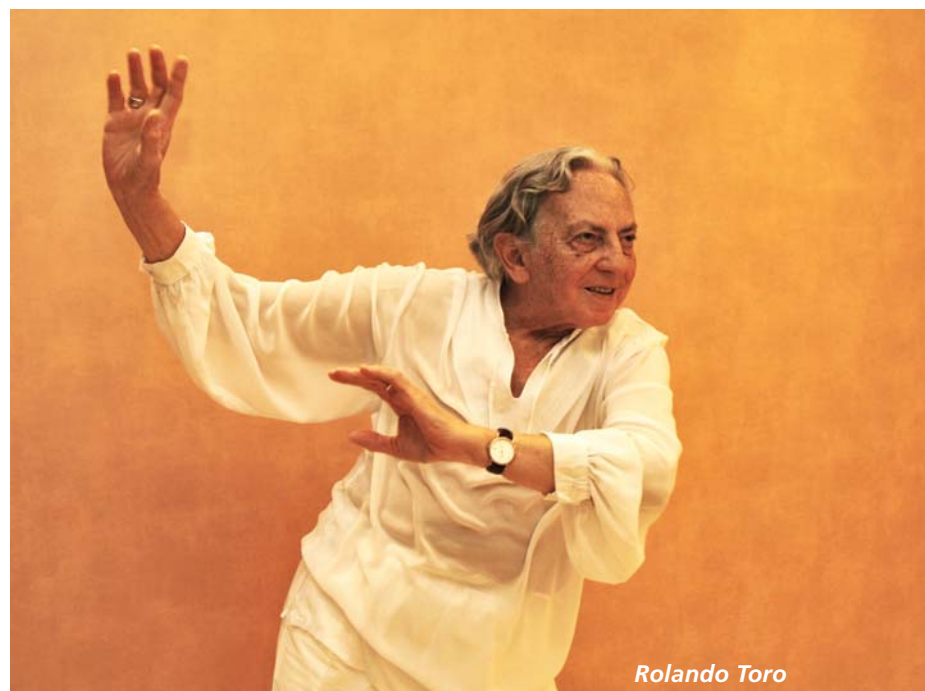
Esta es una decisión existencial. Podemos también elegir no estar en relación, y simplemente ver al otro/a como un objeto más, como algo extraño a mí. Podemos como "El extranjero" de Camus vernos alejados del mundo, por fuera de los demás y de nosotros mismos.

Llevando este tema a nuestra profesión, también podemos elegir de qué manera afrontar el rol de facilitadores/as de biodanza. Podemos elegir entrar en relación sensible con un grupo o personas, o podemos elegir un Kit de instrucciones como el "kit de la identidad", al que hace referencia Suely Rolnik: un kit colonial y capitalista que apunta a que seamos sujetas/os del *merchandising*<sup>2</sup>.

**Es decir, evitar promocionar el sistema de biodanza en base a tips de consejos para que la persona esté mejor en su vida, con el riesgo de que éstos se vuelvan un nuevo deber-ser: los "modos de liberación" del individuo en una sociedad que constantemente lo reduce a objeto.**

Y sobre todo, es preciso cuestionar como facilitadores/as la lógica clientelista de ver a las personas que llegan como objetos consumibles con tendencia a la satisfacción inmediata del placer, y no personas que consuman su disfrute a través de un proceso lento y no dado, sino que se rehace constantemente, como bien nos recuerda Carlos García

Continúa en la página siguiente



Rolando Toro

Rolando Toro Araneda (1924-2010), psicólogo, antropólogo, poeta, pintor, chileno, creador del sistema Biodanza a finales de los años 60. Fotografía de Víctor Luengo, 4 de marzo del 2008. FUENTE: Federación internacional de Biodanza <https://www.biodanza.org/es/rolando-toro-araneda/biografia/>

## biodanza - un cuerpo sensible en comunidad

Viene de la página anterior

Varela.<sup>3</sup> Estos modos nos pueden llevar a lugares comunes y anestésicos. Precisamos más poética y no tantas palabras mecánicas que se vuelven parte de la normatividad.

Si bien, cada trabajo con un grupo depende mucho de los contextos socio políticos determinados, la realidad material de muchas mujeres y jóvenes, especialmente, sigue siendo vivir aún la rigidez de sus cuerpos, a falta de potencia orgástica y placer en sus vidas, lo cual responde a la macro cultura en la cual fuimos educadas/os.

Tanto la pandemia con su encierro y control, como el avance del fascismo y la ultra derecha en Latinoamérica, y gran parte del mundo, hace que el cuerpo colectivo se desmembre fácilmente, y que el cuerpo individual triunfe, lleno de corazas, armaduras y falta de sensibilidad a una otra/o.

**Y a falta de potencia, como decía Rolando Toro, solo nos relacionamos a través del poder. Estamos ansiosas de poder de unos/as sobre otros/as.<sup>4</sup>**

Esto lo podemos observar más claramente en la película "La virgen roja", dirigida por Paula Ortiz, basada en un caso real, narra cómo una mujer madre de otra mujer va reforzando sus armaduras, a medida que se vuelve más rígida e intolerante con las elecciones de vida de su propia hija. Su fascismo (en un contexto de derecha en España, frente a la izquierda que ella decía defender) va aumentando, hasta el punto de matar a su propia hija. En determinadas secuencias, podemos observar claramente cómo su cuerpo se acoraza y a la vez se desmembra. Se ven en imágenes los efectos materiales del fas-

cismo en nuestros cuerpos: el odio que genera la disociación.

Una de las estrategias del fascismo es hacernos seres dependientes al sistema, pero sin apego. Es decir, como dice Bowlby, el apego como una condición necesaria para la confianza con las personas y con una/o mismo (152). Generar lazos significativos de interdependencia, de seguridad, nos refuerza la autoestima, nos da bases sólidas para vivir y amar mejor, en honesta libertad. Nos libera un poco del engaño del odio como posibilidad frente a la violencia.

**El fascismo ha permeado nuestro cuerpo-territorio, a grados profundos que muchas veces son difíciles de reconocer, en una misma y en otras personas.**

La falta del cuerpo sensible se debe al aumento de prácticas sado-masoquistas que no tienen que ver solamente con lo sexual, sino, y principalmente con lo afectivo.

El rechazo a nuestros cuerpos, la falta de contacto con una misma, y con una otra/o, con el entorno que nos rodea, con la trama vincular colectiva, y el poco sentido de trascendencia que le damos a la vida, hace que el *cuerpo sensible* pueda parecer más una utopía que una realidad.

Por lo que considero que una política sin afectividad y cuerpo vivencial, es sólo ideología que reproduce las prácticas rígidas y patriarcales de la heterosexualidad obligatoria<sup>5</sup>, por más que se promueva como transformadora de la realidad, y una afectividad sin ideas y contenido político se vuelve vacío neoliberal y robo de la memoria popular.

El sistema de biodanza, desde una lógica no mercantil, y el principio biocéntrico, como

también toda práctica que realicemos para percibir nuestro cuerpo sensible, nos permite poder ir *más allá* de uno/a misma, y entrar en relación con la vida y con una otra persona, desde la escucha a todo lo vivo, *en común-unidad*. Una nueva percepción de una misma, y del propio hacer, una mirada estética y mística del arte.

Nuestro cuerpo es un caldo de cultivo en potencia, no sólo hacia una dirección, sino múltiples. Nuestro cuerpo deseante lleno de

gozo y vida nos pide vivir, no estar en estado vegetativo. Nos pide sentir lo que hacemos, sentir lo que pensamos y volver a pasar por el cuerpo nuestro sentir. No es una meta, no es una maratón de llegada, sino el punto desde donde partir para caminar.

O quizás, mejor dicho, para arrojarnos al porvenir. ¿Lo recorreremos?

**Marian Villaverde** es Investigadora, docente, poeta. Contacto: mariangvillaver@gmail.com

### NOTAS

<sup>1</sup> Podemos comprender al hombre como categoría universal, es decir, la humanidad.

<sup>2</sup> Cita tomada de una charla brindada por la facilitadora Patricia Ghisio, organizada por la Asociación de Facilitadores de Argentina.

<sup>3</sup> Ver en: *El erotismo en Biodanza: entre el goce transformador y el happytalismo*

<sup>4</sup> Cita de una charla brindada por Myrthes González, sobre Biodanza y Patriarcado, de modalidad *online*.

<sup>5</sup> Término utilizado por Adrienne Rich para analizar la heterosexualidad como un sistema que se nos impone culturalmente, y se vuelve parte de las instituciones: familia, estado, religión, etc.

### Bibliografía utilizada:

-Bowlby, John, *Vínculos Afectivos - Formación, desarrollo y pérdida*. Ed. Morata, 1986, consultado en: [https://www.academia.edu/37089039/\\_Bowlby\\_J\\_1986\\_Vi\\_nculos\\_Afectivos\\_Formacio\\_n\\_desarrollo\\_y\\_perdida\\_Ed\\_Mor](https://www.academia.edu/37089039/_Bowlby_J_1986_Vi_nculos_Afectivos_Formacio_n_desarrollo_y_perdida_Ed_Mor)

-Calvacante, Ruth, César Wagner de Lima Góis y colaboradoras, *Educación Biocéntrica. Ciencia, Arte, Mística, Amor y Transformación*, Ediciones CDH, Brasil, 2015.

-De Beauvoir, Simone, *¿Para qué la acción?*, Ediciones El Aleph, 2000.

-Ghisio, Patricia y Natalio Pagés, *La vivencia integradora como horizonte político. Hacia una ascesis afectiva*, Revista de Biodanza N° 4, 2014, consultado en: bio04.pdf

-Le Breton, David, *Cuerpo sensible*, Ediciones Metales Pesados, Santiago de Chile, 2010.

-Lowen, *La voz del cuerpo. El papel del cuerpo en psicoterapia*, 2005, consultado en <http://datelobueno.com/vwp-content/uploads/2014/05/La-voz-del-cuerpo.pdf>

-Reich, Wilhelm, *La función del orgasmo*, 1955, consultado en: <https://fundacionmenteclara.org.ar/biblioteca/LaFuncionDelOrgasmo.pdf>

-Rodríguez Bustos, Casilda, *Pariremos con placer*, Ediciones Criminales S.L., 2010.

-Sendón de León, Victoria, *Más allá de Itaca. Sobre complicidad y conjuras*, Ediciones Icaria, Barcelona, 1988.

-Sontag, Susan, *Fascinante fascismo*, artículo web consultado en: <https://nochedelmundo.wordpress.com/2017/01/14/fascinante-fascismo-por-susan-sontag/>

-Toro, Rolando, *Biodanza y Acción Social, Curso de Formación Docente*, 2009.

-Toro, Rolando, *Biodanza y los 4 elementos*, Editorial Cuarto Propio, Santiago de Chile, 2013.

-Otra fuente: Entrevista realizada a Margarita Pisano, Santiago de Chile, octubre de 2013.




**ESFEROBALONES ESCUELA DE ESFERODINAMIA REORGANIZACIÓN POSTURAL EDUCACIÓN SOMÁTICA**


**CERTIFICACIÓN EN ESFERODINAMIA PARA EL EMBARAZO, TRABAJO DE PARTO Y POSPARTO 2026**


**Actividades 2026**

- Certificación en Esferodinamia para el Embarazo, Trabajo de Parto y Posparto 2026
- Módulos I, II y III en la Modalidad Virtual y Módulo IV en Modalidad Presencial Ciudad Autónoma de Buenos Aires - 2026
- Capacitación Teórico Práctica: "El Perine" Centro organizador de la Actitud Postural y sus conexiones orgánicas con el movimiento
- Clases de Esferodinamia para Embarazadas
- Encuentros con Acompañantes

**Coordinan Anabella Lozano y Marian Durán**

Modalidad Virtual sincrónicas y Modalidad Presencial 

[www.esferobalones.com](http://www.esferobalones.com)  [certificacionesferodinamia2026@gmail.com](mailto:certificacionesferodinamia2026@gmail.com)

 Esferobalones-Escuela de Esferodinamia  @esferobalones / @embarazadasyesferodinamia



**INSTITUTO INTERNACIONAL DE QI GONG ARGENTINA**

**CURSO DE PROFESOR/A DE QI GONG (Chi Kung)**

Inician en marzo 2026 en CABA y Olivos. 3 años de duración.  
Prácticas en Hospitales

**Qi Gong 6 Sonidos Terapéuticos (Taoistas)**  
(seminario bimestral)

**Qi Gong de la Escuela Puerta del Dragón (Lung Men)**  
Movimientos y sonidos para purificar los órganos  
Comienza en julio 2026

**CABA** presencial el 1er y 3er sábado de cada mes de 9 a 13 hs y clase teórica por zoom el 2do jueves del mes de 19.30 a 21.30 hs.  
Comienza el Sábado 4/7/26 en Palermo, con Daniel Letieri y Carlos Trosman.

**OLIVOS** 1er sábado de cada mes. Horario de 9 a 17hs. con Guillermo Cid.


SE PUEDE PARTICIPAR DEL SEMINARIO EN FORMA UNITARIA  
Para todo público. Vacantes limitadas.  
Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia

**ABIERTA LA INSCRIPCIÓN**

**VIAJE A CHINA EN AGOSTO 2026**  
con el iiQG Argentina y el iiQG España

Viaje de inmersión en el Yang Sheng (Cultivo de la Salud) y el Qi Gong.  
25 días en China (del 2 al 25 de agosto 2026)  
Qi Gong Misterioso de la Osa Mayor "Bei Dou Xuan Gong".  
Yang Sheng, el Cultivo de la Salud. Qi Gong Tibetano, Cantos Sagrados y Meditación.  
(Consultar por costos y vacantes)

**CLASES GRATUITAS DE QI GONG EN HOSPITALES PÚBLICOS Y PLAZAS**  
Consultar en [www.iiqgargentina.com.ar/clases/](http://www.iiqgargentina.com.ar/clases/)

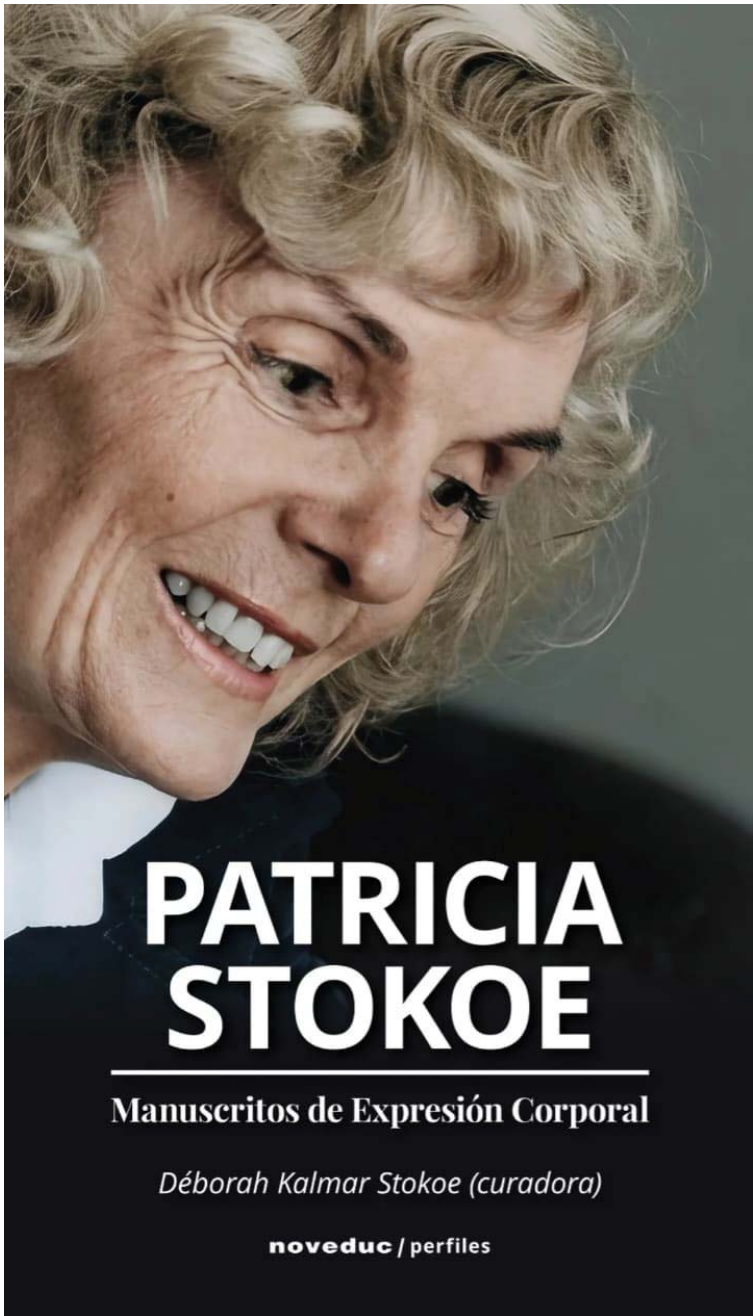
Informes e inscripción: [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar)  
 [contacto@iiqgargentina.com.ar](mailto:contacto@iiqgargentina.com.ar)  +54 9 11 6656-5215



EXPRESION CORPORAL

escribe Daniela Yutzis

# & cartografías de una experiencia



## PATRICIA STOKOE

Manuscritos de Expresión Corporal

Déborah Kalmar Stokoe (curadora)

noveduc / perfiles



2



3



4

1 Tapa del libro "Manuscritos de Expresión Corporal" - Patricia Stokoe - Con la curaduría de Deborah Kalmar Stokoe. Editorial Noveduc, Argentina febrero 2026.

2 Rondó Rítmico - primera compañía de danza en el Collegium Musicum- con Perla Jaritonsky, Inés Carretero, Lola Brikman... etc.

3 "A la barra", años '70, en el Estudio Patricia Stokoe / foto Alex Schajter.

4 Patricia dando clase a los bailarines de la Compañía Nacional de Cuba en 1986

Se podría decir que Patricia Stokoe no necesita presentación. Pero volver a leer su recorrido nos incentiva, nos invita a querer leer, bailar, mover, escuchar. Contagia su sed, su vigor, su orden y pasión. La obra de Patricia no es una obra acabada, porque ninguna obra lo es, pero además su firmeza y búsqueda permanente nos incitaron a todos quienes tuvimos el placer de conocerla a seguir buscando, estudiando y creando. Muchas de las personas que tuvimos la alegría de formarnos con ella creemos tener una anécdota única. Pero lo único en verdad ha sido su coraje, inteligencia y humildad para crear y dejar que sigamos creando - siempre en comunidad- esta práctica de la que es la gran Maestra.

El libro que nos ofrecen nace de un trabajo conjunto que comparten sus hijas Leslie y Déborah, ambas docentes, educadoras y artistas que supieron y saben recoger y expandir este legado que han recibido desde la infancia en las reuniones permanentes en el salón de su casa y en las horas de estudio y práctica sobre el piso de madera de la calle Monroe. Y a partir de allí, una red de ómnibus y trenes hacia y desde cada punto del

país, porque la Expresión Corporal-Danza es en el país. Así, en la página 253 del libro, en una Carta abierta escrita en un viaje a la provincia de Santa Fe, dice Patricia «amo estar en los pueblos dedicándome a mi tarea».

Con mucha generosidad y una gran labor, como quien abre cajas y revisa cuadernos y papeles escritos a mano (algunos en servilletas en el café de Monroe y Moldes) o tipeados a máquina, Déborah Kalmar Stokoe nos comparte textos en su mayoría inéditos agrupados en nueve capítulos dedicados a (I) recoger manuscritos sobre la historia de Patricia Stokoe, (II) la renovada visión de la expresión corporal-danza en diferentes momentos y contextos, (III) el desarrollo y expansión de la Sensopercepción, (IV) el método y la didáctica en su formación pedagógica, (V) un capítulo que colecta pequeñas prácticas, imágenes y conceptos que parecen guardar su voz, (VI) reflexiones sobre el proceso de la creación en arte, (VII) sobre el juego y la creación en Argentina, (VIII) una desgrabación de un diálogo entre Patricia y Déborah y (IX) una selección de cartas. Por último el libro incluye un apéndice con da-

tos cronológicos, libros, escritos, participación en congresos, cursos, formaciones, el trabajo y las funciones del grupo Aluminé, su gran tarea en la Educación por el Arte; un recorrido de su biografía en el que podemos ver como se fue configurando la práctica, los cuestionamientos, su crecimiento, la expansión de esta tarea y los procesos políticos con los que discutió. (Antes de seguir: se recomienda el capítulo 5 de prácticas, que contiene incluso el apartado «¡Un minuto por favor!» escrito en 1995 y publicado ya en nuestra querida y siempre presente Revista Kiné.)

El libro muestra las huellas de la memoria de Patricia. Su legado: que la belleza y la gracia estén al alcance de todas y todos, que cada uno pueda tener acceso a la búsqueda del registro del cuerpo. Este legado se constituye presente en la medida en que nos abre nuevas preguntas sobre la práctica y la configuración teórica que sostiene y avala nuestra tarea. Son memorias recortadas, fuera de su lugar de origen, que no requieren necesariamente de una cronología pero que guardan lo sensible, lo muestra. No son recuerdos, son pro-

longaciones que irrumpen en el adormecimiento cotidiano del plano actual; es la persistencia de una memoria que deja de serlo, porque se hace presente en la lectura.

Además de los grandes planteos centrales en su formación como maestra y creadora de la Expresión Corporal-Danza, podemos ver a lo largo de los capítulos pliegues que dejan entrever esas pequeñas pautas que dan consejo, que nos habilitan a pensar, a intuir e investigar. Así, los fragmentos tienen la potencia de irrumpir en el presente, nos invitan a desplegar otras líneas de pensamiento, avalan la creación de nuevos conceptos. Actualizar es recuperar esos restos, una experiencia histórica que activa la crítica del orden actual. No es una herencia pasiva, no es lo que quedó, es una actualización en la trama del presente que permite pensar problemas actuales y que abre nuevos sentidos.

La paciente labor de Déborah Kalmar nos acerca textos para leer y compartir entre estudiantes, docentes, artistas, educadores. Es una curaduría de un archivo, una trama afectiva que se genera inmersa en un lenguaje, una sed de narraciones suel-

tas que unen pero también separan textos, pensamientos y clases. Un archivo es un sitio para la creación de conocimiento es un espacio que recupera un legado pero ejerce al mismo tiempo una posición política de apertura. Mirar el legado a la luz de las discusiones actuales, visibilizar las redes de apoyo y el trabajo colectivo.

La potencia de estos escritos, como rastros materiales evoca el contexto de una vida y su posibilidad creativa de producción, pensamientos y sensibilidades que fueron dando forma a una propuesta. Leer estos textos materializa cierta esperanza, al menos de reconocer en tiempos de incertidumbre un espacio por donde buscar. Un mínimo dejo de resistencia. Tan pero tan pequeño que se escabulle. Pero está.

**Daniela Yutzis** es Doctora en Ciencias Sociales (UBA), Magister en Educación Corporal (UNLP), Docente e Investigadora en la Facultad de Humanidades (UNLP) y en la Universidad Nacional de las Artes (UNA). Egresada de la formación de Expresión Corporal Danza de la escuela de Patricia Stokoe, coordina junto con Déborah Kalmar el espacio de investigación en Sensopercepción.

Para adquirir ejemplares: Estudio Kalmar Stokoe +54 9 11 6447 6614.



Cuerpo / Gestación / Parto / Puerperio

## un camino largo...

Cecilia Glaz encontró en el Correo para Kiné un espacio común en el cual instalar un espacio propio. Un espacio de mujer en pleno puerperio. Un espacio desde donde compartir reflexiones y experiencias de esta etapa vital tan intensa y significativa. Bien hecho. Que siga sembrando aquí sus textos, dejando huellas, abriendo surcos para sus semillas de memorias y emociones. Que siga convocando otras voces. La página queda abierta para quien quiera sumarse.

El sol de fuego ya va calmando. Queda un recuerdo de hervor, un verano caliente y muy movido.

En tres meses la vida se desarrolla a gran velocidad cuando se trata de un Ser en plena adolescencia de bebé.

### Como mujer mamá estoy vivenciando el pasaje de etapa bebé-niña.

Ahora mismo, mientras me tomo un momento en soledad para escribir, oigo su voz al otro lado del arroyo y lo imagino. Probablemente esté caminando de la mano de su papá, llegando al muelle, queriendo volar hacia el agua. Su papá agarrándolo fuerte para que ese impulso de exploración no devenga en crisis de llanto por recibir un límite. Sus dieciocho meses se manifiestan con fuerte intensidad y convicción en sus querer.

Vuelvo a mí, aquí, escribo. Mientras, respiro. Soy yo, separada, individual y a la vez aún fusionada. Y la pregunta vuelve recargada:

¿Cómo acompañarnos en estos momentos de transformación vital?

### En estos tiempos estoy necesitando y queriendo volver a trabajar.

Entonces decidí comenzar por retomar la labor de dar masajes, práctica que me regenera y que hace bien también a otros. Hace unos días mientras estaba en sesión, a mi consultante le brotó un llanto profundo. Intuitivamente comencé a cantar suavemente, con un sonar muy aireado y ondulante. La intención era abrazar esa emoción, brindarle un espacio por donde fluir, acompañando el toque eutónico. Al finalizar la sesión y hacer un breve intercambio en palabras, la consultante (quien solía tomar masajes conmigo años atrás) me agradeció esa contención sonora y me dijo: eso antes no lo hacías, eso lo aprendiste con la maternidad.

Su reflexión me quedó resonando. Claro, sin querer y queriendo vamos integrando los aprendizajes del ma-

ternar cotidiano en las otras prácticas que vivenciamos y compartimos.

Si busco una pista de respuesta a la pregunta: ¿qué me regenera la energía cuando me siento cansada, agotada, dolorida, o de mí un poco perdida y quiero regalarme un momento para reencontrarme con mi centro? Lo que primero encuentro es una rica comida. Y lo segundo suele ser sonar.

### Hoy traigo para las mujeres gestantes, parturientas, y puerperas la invitación a sonar.

Como sea, como salga. Sin expectativa de un resultado estético, sino por el puro placer de ese movimiento interno. El hecho de sonar implica, a muy grandes rasgos, respirar y vibrar. Entonces esta propuesta puede comenzar por encontrar una postura cómoda y desde ahí dejarte mover por el aire que entra y sale a través de tu boca. En cada exhalación podés probar sonar con alguna vocal y quedarte



jugando con la que sientas más amable y sostenedora en este momento. Si te dan ganas de moverte, dale cause a ese impulso, probablemente el sonido también se quiera montar a ese movimiento y te lleve a navegar un rato. Las exhalaciones sonoras pueden ser largas o cortas, ondulantes o cortadas, en esta primera experimentación se trata de descubrir lo que va apareciendo desde lo más intuitivo y genuino de tu corporalidad en este presente ..

Y de postre, frutillas con crema o lo que vos más prefieras.

Como mi hijo bebé niña ya come y relojea todo lo que por ahí anda rondando, abre puertas y pueritas y alacenas bajitas, ya no puedo

darme el lujo de comer cualquier comida sin que él no me la pida, entonces aprovecho en este rato de su siesta para escribir, lavarme los dientes, los pañales, los platos, estirarme y darme un gustito. Todito antes de que despierte y suene su frase predilecta: ¡Mámma - Tetta!

Así que silbando muy bajito les saludo; Hasta la próxima vuelta de esta calesita.

Si te quedaste resonando y querés compartir sentires, experiencias, comentarios, danzas o cantos garabato, podés escribir al Mail: temenosila@gmail.com

-Cecilia Esperanza Glaz



**ASOCIACIÓN FELDENKRAIS ARGENTINA**

Practicá el Método Feldenkrais con **PROFESIONALES CERTIFICADOS**



Para tomar clases, consultá nuestro **BUSCADOR DE PROFESIONALES**

**WWW.FELDENKRAIS.ORG.AR**

Instagram: ArgentinaFeldenkrais  
Email: info@feldenkrais.org.ar  
Facebook: Asociación Feldenkrais Argentina



**SOMA** | Salud mental, arte y movimiento

"El arte al servicio de la Salud..."

- SEMINARIOS PROFESIONALES** (Intensivos Vivenciales) dirigidos a interesadas en áreas de Salud, Salud Mental, Educación y Artes.
- GRUPOS DE ESTUDIO EN MOVIMIENTO**
- PSICOTERAPIA CORPORAL**

También online!

Seguinos   somaargentina  
contacto@somaargentina.com.ar

diseño gráfico

revistas  
libros  
folletos  
logotipos



afiches  
catálogos  
presentaciones  
infografías

rubén longas | 15-5625-5490 | rdlongas@gmail.com

## espacio de investigación

escriben Débora Kalmar y Daniela Yutzis

«Quien escribe, teje. Texto proviene del latín, «textum» que significa tejido. Con hilos de palabras vamos diciendo, con hilos de tiempo vamos viviendo. Los textos son como nosotros: tejidos que andan.»  
(Eduardo Galeano)

Este espacio se crea por la necesidad de gestionar y compartir una red de formación e investigación para todas las personas que se sientan conmovidas e interesadas por el movimiento en su aspecto ligado a la salud, al arte y/o a la educación.

Nuestro grupo se inicia durante la pandemia y despliega desde entonces cuatro años de trabajo. Convoca a docentes, investigadores y estudiantes en diferentes áreas de prácticas y estudios del cuerpo, la comunicación, el arte, el análisis del movimiento y la danza. Cada integrante participa desde su historia y en su presente; con sus intereses y sus preguntas; desde distintos puntos del país y desde otros países del mundo para imbricar teoría, práctica, discusión, estudio, movimiento y análisis.

Trabajamos con la acción y la metáfora. Abordamos la organización del espacio y del movimiento, la postura, el peso y todas las áreas de análisis y la creatividad. Indagamos temas de anatomía para el movimiento y el uso de objetos y materiales de apoyo. Las lecturas y la investigación se articulan en cada encuentro. La construcción del estudio es acorde al momento de cada una/o. Tejemos el análisis, la técnica y la poética.

Este espacio brinda también para quienes lo desean un acompañamiento para la escritura, estamos iniciando la producción de un tercer libro escrito en conjunto. Contamos con la presencia de docentes invitadas de diferentes áreas de estudio, la riqueza de una biblioteca virtual que vamos gestando entre todas y la experiencia del conocimiento de cada quien, en su práctica, en su geografía, en su territorio; con sus mapas y sus huellas.

Este espacio es definitivamente un «Taller de investigación» con la conducción a cargo de Daniela Yutzis y Débora Kalmar. Su «Urdimbre» consta de estas líneas de trabajo:

### 1) Prácticas de Sensopercepción

- Prácticas sobre diferentes contenidos de la Sensopercepción
- Registro de las prácticas, elaboración de una propia bitácora.

### 2) Elaboración de los Contenidos de Sensopercepción

- Investigación, lectura y estudio de las fuentes elaboradas en la Escuela de Patricia Stokoe.
- Diseño y elaboración grupal de mapas de contenidos como orientación de las prácticas en diversos grupos y contextos de trabajo.

### 3) Concepto de investigación y tema

- Elaboración del concepto de Investigación y abordaje de temas acorde al interés o necesidad de cada participante.
- Material de lectura común y videos sobre los diferentes temas de investigación.

### 4) Ediciones y Libros a partir de la producción de textos personales y grupales

Sensopercepción-Espacio de Investigación, Escritos I 2023-24  
Sensopercepción-Espacio de Investigación, Escritos II 2024-25

### 5) Charlas y clases especiales por profesionales invitados

Hemos invitado a filósofas, historiadoras, sociólogas, cineastas, fotógrafas, tesistas del UNA, docentes de literatura, investigadoras, bailarinas

### 6) Elaboración del Drive

- Registro de prácticas.
- Biblioteca.
- Contenidos.
- Videos y filmaciones.

### 7) Por segundo año consecutivo se convoca y organiza la Semana de Sensopercepción durante el mes de septiembre en homenaje al natalicio de Patricia Stokoe.

8) Mapa y Censo de instituciones estatales y registro de personas y lugares donde se practica y enseña Sensopercepción en el país y en otros países con la intención de que este censo pueda sumarse al menos una docente y/o estudiante por cada institución del país. Para ello les pedimos que se comuniquen con:



Débora Kalmar  
kalmarstokoe@gmail.com  
@estudio\_kalmar\_stokoe  
0054-11-64476614



Daniela Yutzis  
danielayutzis@gmail.com  
@amancayeducaciondelmovimiento  
0054-221-459-87 15

Daniela Yutzis nos ofrece aquí la reseña de este primer libro que reúne diversos escritos sobre la investigación de la Sensopercepción: un recorrido por la casa en común de nuestro cuerpo territorio, lleno de ventanas y puertas que se abren cuando comenzamos a indagar un poco más, de manera detenida y diferenciada, hacia dentro y hacia fuera en la relación con la otredad. Se trata de una siembra del grupo de investigación que cada viernes por la mañana coordinan Débora Kalmar y Daniela Yutzis, con tanta pasión y compromiso en la búsqueda de nuevas palabras que definen nuestra práctica como también nuestra ética ante la educación del movimiento.

### Capítulos

El libro cuenta con 14 capítulos, que las autoras realizan en una búsqueda incesante e insistente de cada una por la indagación sobre el cuerpo, su percepción, su escucha y sus potencialidades, en relación a sus prácticas senso perceptivas o, en su caso, sus reflexiones teóricas que buscan comprender más allá de lo establecido.

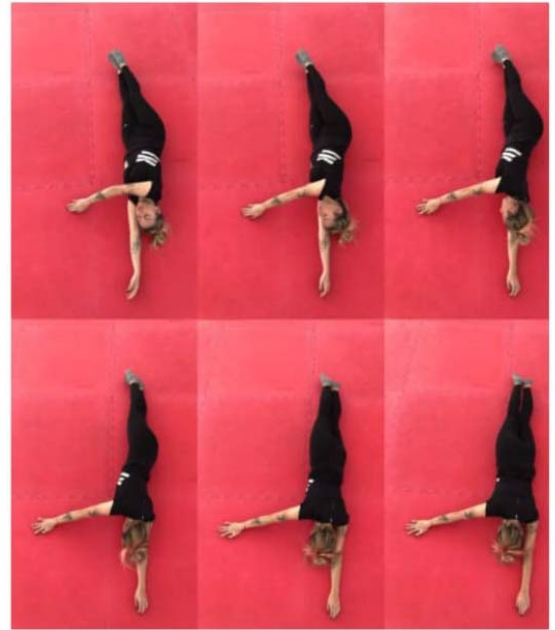
**Capítulo 1:** llamado «Sensopercepción espacio de investigación», de Débora Kalmar y Daniela Yutzis, con una introducción sobre la práctica de la investigación como una excavación minuciosa y lenta que nos convoca a ir sacando capas y capas hacia un saber que nunca es acabado. O hacia una pregunta que siempre es más una senda que una certeza. Desde la escucha atenta que nos requiere la práctica, vamos a la teoría, y de la teoría volvemos a la práctica. La pregunta se convierte en posibilidad de apertura y reflexión en el tránsito de investigar, sin necesidad de tener respuestas, ni hallazgos definidos. «El cuerpo se mete en todo», nos recuerdan que decía Patricia Stokoe.

**Capítulo 2:** «Sensopercepción, políticas del cuerpo», Daniela Yutzis realiza un recorrido histórico de la Sensopercepción, y nos introduce a algunas nociones básicas de su práctica y pensamiento: el rol fundamental de la palabra como mediadora de la investigación, y la escucha como un puente con el otro. Ese dejarnos resonar por lo que perdura, siempre a contrapelo de lo lineal que nos exige urgencia y acelerar. El movimiento como adscripción a lo sensible.

**Capítulo 3:** «Cuerpo vívido y experiencia del dolor en Hannah Arendt» de Anabella Di Pego, nos invita a reflexionar sobre el cuerpo concebido en la edad moderna, y la crítica que la teórica alemana Hannah Arendt realiza en su prólogo de la Condición Humana. Di Pego pone en cuestión el concepto fenomenológico de vivencia como expresión meramente subjetiva e independiente del mundo. Y retoma el concepto de experiencia del cuerpo como parte de una relación compartida en comunidad. Haciendo un recorrido por varios pensadores modernos va a cuestionar la noción de cuerpo individual de la modernidad. El cuerpo propio como parte de las nociones de propiedad privada (John Locke) forma parte de la pérdida del mundo común y compartido. Así la autora hará hincapié en que sensaciones como el dolor pueden ser compartidas, ya que existe una gramática compartida que nos une (Ludwing Wittgenstein).

**Capítulo 4** «Materialidades de los tiempos: algunas coordenadas para

## Sensopercepción espacio de investigación -escritos-



Daniela Yutzis y Débora Kalmar -coordinadoras-

pensar el movimiento» de Ana Sabrina Mora, la autora cuestiona el concepto de la linealidad de los acontecimientos. Nos convoca a pensar el ritmo propio de nuestros cuerpos frente al avance de los ritmos acelerados del afuera. Vuelve una y otra vez a la pregunta, ¿cómo se sale de la idea de linealidad del tiempo? El tiempo no es uno solo, nos afirma. Nuestra corporalidad en tanto materialidad está impregnada de movimiento y de tiempo, de movilidades y temporalidades. Entonces, ¿existe solo un tiempo?

**Capítulo 5:** «Corporalidad on-off line, digitalización y conectividad», de Carolina Di Palma, quien reflexiona sobre la digitalización en nuestras vidas contemporáneas, en esa fusión que se da entre vida orgánica y vida virtual. Ya no podemos prescindir de la Inteligencia Artificial ni del algoritmo. Ya existen nuevas narrativas que transforman nuestro tiempo y espacio, de los modos de vincularnos y habitar nuestros cuerpos. Todos nuestros datos privados se encuentran subidos a nubes ficticias que nos generan lo que la escritora denomina «extractivismo de la atención». Con un gran aumento de la desensibilización sin rozamiento, nuestro cuerpo se amolda a lo tecnológico a través de nuevas técnicas en espacios virtuales en donde nos encontramos frente a la vulnerabilidad de la protección jurídica. Por todo ello, la escucha sensible del cuerpo sigue siendo una lucha vigente ante el biopoder.

**Capítulo 6:** «Encienda una danza (o la trinchera y el refugio menos pensado)» de Anahí Acosta, quien nos sumerge en una danza de palabras. Nos invita a sentir el movimiento más primitivo y orgánico. Nos revela que el detenimiento en lo más pequeño puede generar un sin fin de nuevas posibilidades sensitivas. La autora se pregunta, ¿la quietud es posible? Todo se mueve, todo permanece, incluso las partículas más pequeñas en estado de reposo. La danza es transformación, la quietud es otro tipo de movimiento, y otra manera de refugio.

**Capítulo 7:** «Cuerpo en vínculo con el territorio» de Verónica Buzza, piensa lo sagrado de la palabra. Retomando al filósofo Rodolfo Kush y su con-

cepto de estar siendo, analiza nuestro cuerpo territorio como una cartografía, a diferencia del mapa fijo e inmóvil. Un cuerpo en medio de un paisaje en constante transformación. En sus viajes al Tucumán regresa al valor de demorarse, algo aprendido en sus clases de Sensopercepción donde la palabra tampoco abarca todo, y la danza siempre da lugar a eso desconocido que solemos llamar misterio.

**Capítulo 8:** «Algunos modos de escritura acerca y desde la Sensopercepción: reflexiones para pensar la práctica» de Julia Catalá, quien reflexiona junto al lector/a sobre los modos de escritura actuales al momento de convocar a una clase de Sensopercepción, y con ello los modos posibles de enunciar sus potencialidades frente a la vorágine consumista de las redes sociales. Retoma frases del sentido común que solemos escuchar o leer en redes y las va de a poco desmenuzando para pensarlas desde la práctica de la Sensopercepción. ¿Qué es aliviar tensiones desde la Sensopercepción? Claramente no hay tips ni respuestas acabadas. La potencia de la palabra para generar estímulos en el mover. Y quizás nuevas preguntas, sin responder.

**Capítulo 9:** «Sensopercepción y verbalización, el tercero que aparece» de Helue Errandonea, quien nos invita a su «viaje de sensar», como lo llama. Reflexiona sobre la verbalización en su trabajo de senso percepción en la escuela. Y afirma que se materializa su práctica a través de la lengua común. La palabra adopta nuevas formas de nombrar otros mundos posibles, como salida de la individualidad.

**Capítulo 10:** «Acerca de recuperar el saber del cuerpo, desde la mirada de Suely Rolnik» de Florencia Roig, quien toma el concepto de Rolnik de «descolonizar el inconsciente» para argumentar a favor de las prácticas senso perceptivas de nuestro cuerpo territorio. Nos invita a observar nuestros pensamientos aprendidos, y hacer un uso ético y clínico del mismo para poder ir al bien común. Somos un conjunto de interac-

continúa en la página siguiente



viene de la  
página anterior

ciones somáticas, donde lo que sucede en nuestro interior también afecta a nuestro entorno, y viceversa. Es necesario que hagamos cada vez más consciente la desautomatización en la que vivimos y comencemos la transformación social desde la propia corporalidad.

**Capítulo 11:** «La ausencia en la imagen. Sobre el vacío en el espacio -cuerpo» de Lucía Squillacoti, nos interpela con una pregunta taoísta, ¿es posible un espacio vacío? Afirma que la arquitectura del cuerpo es una tierra desconocida. Retorna al silencio como un escucha invisible. El vacío como ese lugar multidimensional donde el sentido se crea, se enriquece, y posibilita una mirada subjetiva y misteriosa. Nuestro cuerpo como ese lugar propio que observamos, que conocemos y a la vez no sabemos nada.

**Capítulo 12:** «Bitácora de una herida» de Diana Teressi, nos hace un recorrido de la memoria corporal, esa que a veces no tiene palabras. Teressi expresa que el trabajo de la Sensopercepción produce un vínculo profundo con lo propio que se podría expresar en un conocimiento inmediato de nuestro cuerpo como un lugar seguro que lo hacemos casa y parte de nuestra sanación.

**Capítulo 13:** «Explorando temporalidades: Sensopercepción en Educación Física» de María Eugenia Maldonado, quien se aproxima a reflexiones teóricas a partir de experiencias como docente de Movimiento Expresivo en la carrera de Educación Física. Analiza el vínculo del cuerpo con la dimensión temporal y desde la práctica sensoperceptiva. Y se cuestiona, ¿cómo nos influyen los ritmos externos? En sus microexperiencias surgió un emergente común: modos naturalizados de aceptar órdenes y tiempos externos para el movimiento propio. Una obediencia al ritmo acelerado de la voz docente autorizada. ¿Cómo se construye un tiempo en relación al otro/a?

**Capítulo 14:** «La tensión como límite» de Ines Rosetti, nos hace resonar la pregunta por la tensión, ¿a dónde nos lleva? ¿Podríamos buscarla en vez de evitarla? ¿Se puede usar la tensión a favor de la práctica de Sensopercepción? Toma algunos conceptos de autores como Feldenkrais, Alexander, y estudios sobre kinesio-terapia y fisioterapia para explorar lo que han dicho sobre tensión. En su búsqueda, llega al concepto de tensegridad (tensión integrada). En dicha técnica, la tensión se utiliza como un medio para conseguir cuerpos más flexibles. Entonces, la tensión se aborda más como un concepto polisémico, que como algo fijo y acabado. Como un umbral y lugar de transición entre el límite y el mismo movimiento.

### Conclusión

A modo de cierre solo me resta seguir insistiendo en la lectura y difusión de dicha investigación, que nunca está acabada ni cerrada, sino en constante apertura y movimiento. Un tema que ronda en casi todos los textos es la pregunta. No como una búsqueda de certeza, sino como una reflexión que intenta ser un puente o una nueva forma de desandar caminos, más que un camino hacia dónde ir. ¿Cómo se expresa con palabras definidas algo que muchas veces tiene multiplicidad de formas de decirse y desdecirse? Quizás apenas sean aproximaciones que aparecen.

Estos aportes, de cada una de las autoras, nos nutren tanto a nivel intelectual como afectivo y sensorial. Cuando seguimos abriendo las puertas de nuestro pensamiento también a la par se siguen abriendo nuevas posibilidades de movimiento en nuestro cuerpo a explorar, y, quizás también, a investigar.

Para adquirir el libro comunicarse con:  
Daniela: +54 9221 459 8715 /  
Deborah: +54 911 6447 6614

## Relatos de la Segunda Semana de la Sensopercepción

por Inés Rossetti

En septiembre del 2025 se llevó a cabo la 2ª edición de La Semana de la Sensopercepción. Entre el 15 y el 19 tuvo lugar este evento de participación creciente que homenajea y visibiliza la labor monumental de Patricia Stokoe, mujer angloargentina creadora de la Expresión Corporal. La Semana de la Sensopercepción reúne a docentes, practicantes, bailarinas/es, y personas diversas interesadas en la disciplina, que comparten actividades desde distintas latitudes. La propuesta surge del Estudio Kalmar-Stokoe, del Estudio Amancay y del Grupo de Investigación en Sensopercepción coordinado por Deborah Kalmar y Daniela Yutzis. A lo largo de esa semana se invitó a la comunidad con o sin experiencia y de forma gratuita a participar de propuestas presenciales y virtuales de alcance internacional. El evento incluyó 5 clases centralizadoras de Sensopercepción de participación virtual y abiertas a toda persona interesada, y 43 clases presenciales distribuidas en 15 provincias argentinas, más clases en otros 3 países (Uruguay, España y Dinamarca).

Durante toda la semana se desarrollaron clases presenciales «con distintas temáticas, pensadas especialmente por sus guías según las poblaciones, los territorios, las grupalidades y los espacios disponibles en cada lugar. Pisos limpios, sucios, salones inmensos, diminutos, personas con discapacidad, personas con y sin experiencia, profesionales, grupos inmensos, pequeños, salones con sillas, salones vacíos, clases al aire libre, en escuelas de danza. Desde el lunes hasta el viernes a las 19:30 se abrió el canal virtual para que interesadxs desde cualquier parte del mundo puedan unirse y compartir una práctica de Sensopercepción guiada por el grupo organizador. Las y los participantes se unían a estas sesiones virtuales desde sus casas, estudios, institutos y realizaban la práctica en soledad, en familia, en grupo.

Luego de una semana a plena Sensopercepción en tantos formatos y oportunidades desplegándose en diferentes puntos del globo, se propuso desde la organización un encuentro de cierre, reflexiones y puesta en común para todas las docentes, organizadoras y personas que hayan guiado clases presenciales. El 17 de octubre, un mes después de la Semana de la Sensopercepción, nos reunimos. Invitamos a todas las docentes que participaron guiando clases en sus lugares a que se sumen a la clase virtual de los días viernes. Allí se propuso intercambiar, hacer un cierre de la 2ª edición de La Semana de la Sensopercepción: en ese evento pudimos traer relatos situados de cada ciudad o pueblo donde se llevaron a cabo las clases presenciales y las virtuales. Allí compartimos escrituras, emociones, particularidades, planificaciones, sorpresas, variaciones, experiencias. Y también empezamos a pensar en la 3ª Semana de la Sensopercepción para el 2026.

A continuación, compartimos cuatro relatos de estas experiencias.

### Resonancias

Por María Celeste Seijo (La Boca, CABA)

Cuál es la pregunta que deviene en este momento, en este momento que puedo estar quieta, sintiendo mi cuerpo, sintiendo cómo está. Qué obser-

vo, qué contemplo de mi estar.

El taller de Sensopercepción, que dimos con Chabi en la Boca, el viernes 19 de septiembre, se llamaba «Contemplar, enraizar y habitar nuestro cuerpo territorio».

Una de las participantes hizo dos observaciones de la práctica, en la ronda final.

Observó que manteníamos mucho tiempo las posturas, quizás en forma estática, sin hacer ningún movimiento. Estar de pie, estar en cuatro apoyos, por ejemplo.

También comentó: «Ayer hice otra clase y me pareció que nos sugería o decía qué teníamos que sentir, más que abrir preguntas o posibilidades sobre eso que estábamos haciendo».

«En cambio, siento que ustedes recién hacían preguntas, no cerraban a qué deberíamos sentir. Y también no sé si, en algunos momentos, no entendí la consigna de lo que teníamos que realizar».

Estar, tiempo, espacio, qué configuración hace mi cuerpo de estos tres conceptos en una clase de Sensopercepción, en un acto cotidiano de mi rutina diaria.

Qué huella, qué resonancia del estar: observo, siento, encuentro en esta quietud de mi presencia.

### Un entorno de escucha

Por Mariana Gabriela Villaverde (Puerto Tirol, Chaco)

Voy yendo a la clase. Me olvidé de consultar los horarios de los colectivos para llegar a tiempo. Me subo al colectivo y me siento al lado de Yenhy que justo tomó el mismo. Recuerdo mis omóplatos en el asiento. Me siento relajada. Llegamos a Puerto Tirol, a la estación de servicio que Anahí me indicó. Bajo volando, ya comienzo a mover mis alas escápolas.

Charlamos con Anahí, en medio de teres y a las apuradas. Ella ya tiene todo listo para la clase, imaginó los contratiempos para llegar al lugar. Llegué a la Casa Colibrí, al fin.

Veo los árboles moverse, siento el aire, respiro tranquila. Muerdo la manzana que me regaló Rosita, fresca y jugosa para el calor. Nos sentamos en ronda y comenzamos la presentación. Los nombres de Patricia Stokoe, Deborah Kalmar reverberan, el recorrido histórico de cada una

para llegar hoy hasta acá. Nos escuchamos con atención, nos sentimos escuchadas, ya nos vamos percibiendo en el momento presente.

Vamos al piso, a rolar, a los cuatro apoyos, a ir despacio a nuestros tiempos, a estar paradas sobre nuestros pies que nos previenen del derrumbe.

En el medio o detrás, se asoma la naturaleza, el verde del monte, los mosquitos y una perra. Anahí me pide que la saque. Yo la observo. Estaba haciendo sensopercepción. No quise interrumpirla, ella también es parte.

En los relatos posteriores, nadie se molestó con la perra, y algunas hasta imaginaron ser como los monos que no estaban aunque estuvieran igual.

¿Nos adaptamos al entorno? ¿O el entorno se adapta a nosotras? ¿Hacemos sensopercepción o la sensopercepción nos hace?

### Presenciar el nombre

por Ines Rossetti (Belén y Londres, Catamarca)

Vivo en el lejano oeste del lejano noroeste Catamarqueño.

Desde principio de año vengo hablando en las dos instituciones donde trabajo, de la semana de la sensopercepción. Desde hace meses me esperan las dos instituciones con mi propuesta, que el año pasado fue muy apreciada y renombrada por les participantes.

Desde hace semanas se estructuran dos clases, se habla de ellas, se piensa en los temas, hablo con una estudiante brillante que va a dar sus primeros pasos con la sensopercepción en una de esas clases.

En otra institución colegas me preguntan, tienen expectativa.

Tres semanas antes un giro, un quiebre, una oportunidad. Abandoné una de las instituciones casi sin previo aviso ni tiempo de pensar.

Mis colegas no entienden, aunque en el fondo sí (vivo demasiado lejos, 120 km., y surgió una oportunidad cercana). Se derrumba una clase ya anunciada, una clase que está en la grilla, una clase cargada de expectativas. Se derrumba la posibilidad gestada junto a la alumna por cuestiones que me exceden, que la exceden, que nos superan. Culpa y ausencia, ausencia física.

En la otra institución... Se acerca el día y pasan cosas, ya ni sé.

Me piden un cambio, de semana, de horario, de lugar... La clase pasa de ser en horario central dentro de la institución y con 4 profesores alrededor, a ocurrir en un salón alejado, en horario de la siesta, sin previa difusión, sin sostén. Ausencias.

Días antes se me ocurre abrir la propuesta de la semana de la sensopercepción, a mi grupo de los jueves. Guío una clase de flexibilidad activa. Pura propiocepción. Les gusta la idea. Como ya me habían abonado el mes, y la idea de la clase es gratuidad, se me ocurre proponerles que inviten a alguien.

Llega la semana. Una clase que no fue. Otra que se movió a un piso sucio y con pocas presencias. Allí hablamos de nuestro nombre. Lo escribimos con el cuerpo. Lo agrandamos, nos envolvemos con la manta de nuestro nombre.

Finalmente una clase con invitadas. Llenísima. Mágica. Casi improvisada, sin plan. Sin expectativas. Pura presencia.

### Paso a paso

Por Florencia Roig (Tolosa, La Plata, Provincia de Buenos Aires)

Comencé planificando la clase para el día viernes a la mañana durante la semana de la Sensopercepción. Definí como tema: «Cadenas miofasciales y contacto». Armé el flyer cuando ya casi todas mis compañeras lo tenían resuelto (siempre tarde, siempre lenta, pensé). Me llevó tiempo pero logré una imagen que me gustó, luego de consultar permiso a quienes aparecían en la foto. Listo, comparto, publico... ¿vendrá alguien?

Con los días llegan inscripciones: Compañeras de Contact, bailarinas, una señora que no conozco y hasta una infancia... ¿Cómo adaptar el material a todas? Otra vez la pregunta. Hablo con Dani, tuvimos una charla por audios de WhatsApp mientras caminaba por la calle, haciendo las compras bajo los primeros soles y calorcitos de septiembre. Conversamos, vuelvo a encontrar confianza. Planifico la clase, la paso por el cuerpo momento a momento observando la coherencia en el devenir de la propuesta de movimiento, determinando tiempos, musicalidad, ritmo.

Llega el día, me despierto temprano, está nublado y anuncian lluvia. Justo en el momento de salir un vendaval comienza a desplegarse fuertemente. Dejo la bici, tomo un taxi. ¿Vendrá alguien? De nuevo la incertidumbre. Bueno, y si no me pongo a bailar sola en ese piso de madera. Al fin llegan cuatro personas. Comenzamos en el suelo y como en el techo de chapa suena muy fuerte la lluvia me tengo que poner muy cerquita y levantar la voz para que me escuchen. Se desarrolla la actividad, entramos en el material, observo interés y disfrute. ¡Uy! Me tengo que apurar para que entre todo lo planeado.

Llega el fin y se dispuso la tormenta (que al cabo nos dio un marco de intimidad), podemos volver a casa caminando y conversando de nuevos proyectos. No sin antes hacer un círculo de palabra, presentar el libro Escritos II y despedirnos hablando de las colmenas.

**ANIVERSARIO GDT UBA**  
 & un laberinto  
 de  
**Danza-Teatro**

escribe: **Dulcinea Segura Rattagan**

A 50 años del último golpe cívico militar y eclesiástico que sufrió el país, queremos traerlos al presente como una forma de defender la memoria cultural, algo imprescindible para cualquier pueblo. La necesidad de perspectiva crítica respecto al pasado es crucial para nuestra identidad y para entender hacia dónde vamos. El arte y la cultura lo saben, por eso son combatidos.

El Grupo de Danza Teatro de la UBA fue la única compañía de danza de la Universidad de Buenos Aires. María José Goldín, Sergio Pletkosic, Paula Etchebehere, Patricia Dorín, Alejandra Alzaibar, Mariana Bellotto, Marta Lantermo y Adriana Levy, bajo la dirección de Adriana Barenstein, formaban un grupo humano entregado a la experimentación escénica desde que se conformó en el Centro Cultural Rojas a partir de una convocatoria abierta. Por casi una década, el GDTUBA se dedicó a investigar de forma independiente ese intersticio complejo e inabismable que vive entre la danza y el teatro.

**Era el año 1985 y en el país la movida cultural respiraba el regreso de la democracia con la recuperación de los espacios públicos antes vedados por el terror de la dictadura.**

Con motivo del aniversario del grupo, sus integrantes volvieron a encontrarse con el mismo impulso creativo que tenían en sus inicios, cuando se reunían todas las mañanas sin falta, a tomar clases de diversas técnicas de danza, improvisación y música, para luego experimentar, ensayar y crear una serie de piezas escénicas que tuvieron su marca propia.

Durante su existencia produjeron obras como *Recurrir a la permanencia para fundar el cambio es, además, perfectamente inútil* (1985), *Se arme o no se arme, siempre es terrible* (1986), *Instrucciones para un tejido* (1986) *Battambang* (1987), *Un leve laberinto lábil* (1987), *Faltaste, Luis* (1989), *Hay algo entre ellos dos* (1991), *El rincón entre la puerta y la pared* (1991), *Disculpen este prolongado silencio* (1992), *Las sombras de la traición* (1994), entre otras.

También se fueron de gira por Europa durante un mes a presentar *Un leve laberinto lábil*, obra inspirada en el mito del Minotauro. Allí llegaron a estar en el Instituto Kantoriano de Polonia, donde Tadeuz Kantor ensayaba y creaba sus obras. La prensa de la época lo registró con títulos como "Ecos de una exitosa gira europea" (anónimo, 1988)<sup>1</sup>, relatando las peripecias de un viaje que los llevó de Holanda, Polonia y España, hasta el Festival de Teatro de Bologna.

Respecto a sus creaciones, otros medios se referían a "La danza, el teatro y esos misterios" (Mazos, 1990)<sup>2</sup>, o celebraban sus creaciones con títulos como "El ballet de la UBA estrenó una obra notable. Casi al borde del abismo, un rictus de helado espanto" (Auditare, 1988)<sup>3</sup>, nota en la que el cronista señala que "el talento del grupo UBA, prevalece aún en circunstancias adversas" y aventura que Barenstein, "propulsora de



Un leve laberinto lábil GDT UBA 1987  
 Fotografía Elías Mekler



2025  
 CCRojas



2025  
 CCRojas

**Recogiendo su propio hilo, el Grupo de Danza-Teatro de la Universidad de Buenos Aires cumplió el año pasado 40 años desde su creación y mostró para su celebración, una punta del ovillo artístico que fue.**

esta feliz experiencia", sorprenderá con sus "audacias".

**La vida siguió su curso y al cabo de los años, cada integrante hizo lo suyo. El año pasado, luego de cuatro décadas volvieron a juntarse para festejar lo que fue esa experiencia que los reunió como parte del único grupo de danza experimental de la Universidad de Buenos Aires.**

El espacio cultural de esta prestigiosa casa de estudios (hoy en día en estado crítico), volvió a abrir sus puertas para que la memoria de aquellas danzas entrara a la galería del Rojas a festejar la cultura local, con el espíritu de sostener la libertad creativa y expresiva amenazada en el presente.

Luego de meses de reuniones y con la colaboración de la investigadora Irene de la Puente, la inventiva coreográfica del grupo apare-

ció en los cuerpos que inmediatamente desarrollaron una pequeña pieza. Con su marca experimental propia y con el valor agregado de la experiencia de cada una de sus intérpretes.

Así, los 40 años vibraron en una conmemoración festiva que incluyó música, audiovisual, danza y hasta un brindis con torta.

Con el deseo de nuevas exploraciones, en otros laberintos.

Notas

<sup>1</sup> Suplemento Espectáculos del diario Clarín, Buenos Aires, 4/7/1988.

<sup>2</sup> Suplemento Espectáculos del diario Clarín, Buenos Aires, 26/6/1990.

<sup>3</sup> Suplemento Arte y espectáculos, Diario La razón, Buenos Aires, s/f.

**Dulcinea Segura Rattagan** es Licenciada en Artes (UBA) y maestranda en Danza Movimiento Terapia (UNA). Coordina el Área de danza y artes del movimiento del Instituto de Artes del Espectáculo (IAE-UBA). Escribe en la Sección danza de la *Revista Llegás* y dirige el sitio *Craneapolis.com* Es autora del libro *Pájaro negro que danza*. Biografía de Freddy Romero.



2025  
 CCRojas

# Guía Kéné

## de cursos y profesionales de lo corporal

Gabriela González López

Cuerpo y Artes Escénicas

FORMACIÓN Y ENTRENAMIENTO EN TÉCNICAS CONSCIENTES E INVESTIGACIÓN ARTÍSTICA

CLASES INDIVIDUALES  
TALLERES GRUPALES  
SEMINARIOS INTENSIVOS



contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com

WhatsApp: +54911 6353 0934

Facebook: @cuerpoyartesescenicas

Instagram: @gonzalezlopezartesescenicas

www.gabrielagonzalezlopez.blogspot.com

**Acompañamiento de procesos creativos** -Clases individuales y grupales - **Propuestas Virtuales y Presenciales.** •Taller - Grupo de estudio del Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento (modalidad virtual) - •Espacio laboratorio para artistas - •Intensivos de indagación creativa - •Estimulación vestibular y sintonización somático - emocional<sup>®</sup>, un abordaje desde el oído interno para investigar las relaciones entre la propiocepción, la percepción, el sonido y la emoción. •Clases individuales, Talleres Grupales, Seminarios Intensivos.

ESPACIO  
*la Voz y el Cuerpo*  
INVESTIGACIÓN, ENTRENAMIENTO Y EXPERIMENTACIÓN | LIC. PAOLA GRIFMAN  
TALLERES INTENSIVOS  
GRUPOS DE ESTUDIO Y SUPERVISIÓN

www.patoblues.blogspot.com  
espaciolavozyelcuerpo@gmail.com  
f lavozelcuerpo @ @paolapatogrifman

**Espacio de investigación, entrenamiento y experimentación.** Búsqueda de la identidad vocal. •**Área expresiva:** Un trabajo integral para todo aquel que desee investigar y conectarse creativamente con su voz a través de la exploración de diferentes técnicas vocales y corporales, la improvisación y el juego. También para quien quiera seguir nutriéndose de herramientas para sus prácticas y vida cotidiana. Individual y grupal. •**Talleres intensivos** de capacitación teórico-práctico. Cada encuentro tiene un enfoque diferente y temáticas específicas. •**Seminario** "Exploración e Investigación en el Proceso Creador". •**Área terapéutica:** abordaje psico-corporal. Sesiones individuales. •**Área de Investigación:** grupos de estudio, práctica y supervisión: la voz como herramienta de transformación. Las voces que nos habitan. •Lic. Paola Grifman: Psicóloga UBA. Cantante. Docente e Investigadora de la voz, el sonido y el cuerpo. Formada en Técnicas Corporales. Miembro de la Asociación Argentina de Arteterapia. @paolapatogrifman. espaciolavozyelcuerpo@gmail.com Facebook: lavozelcuerpo Blog: www.patoblues.blogspot.com

MARIA JOSÉ VEXENAT  
**DANZATERAPIA**  
La creatividad en la danza  
María José Vexenat | Docente, coreógrafa e investigadora

Clases regulares de  
**Danza Creativa - Danzaterapia**  
Miércoles 10.30 hs. / Viernes 18 hs.  
Casa Nazaret - CABA  
Información: www.majovexenat.com

**Actividades anuales:** Capacitación, estudio e Investigación del método creado por María Fux, a través de seminarios, encuentros intensivos, clases regulares, laboratorios, acompañamiento de procesos creativos y pedagógicos. Dirigidos a estudiantes y egresados de diversas disciplinas artísticas, educativas y sociales que busquen renovadas y creadoras formas de expresión y comunicación para el desarrollo personal-grupal. Se otorgan certificados. Espacio: Casa Nazaret en CABA. Informes: majovexenat@gmail.com

tu cuerpo cuenta

terapia reichiana

desbloqueo emocional  
trabajo sobre corazas



Lic. Marcelo Della Mora

Psicólogo

11 4982-5546

mdellamora@intramed.net

**Tu cuerpo es una construcción biográfica de deseos** que se transmiten de manera intersubjetiva y transubjetiva. Todas tus experiencias vitales están inscritas en el cuerpo. La vitalidad de tu cuerpo se desarrolla en base al equilibrio de la pulsación biológica: contracción-expansión. Cuando tu cuerpo recibe un estímulo placentero y agradable, se produce un movimiento de expansión centrífuga; y cuando recibe un estímulo displacentero y desagradable, se produce una contracción centrípeta. Uno de los descubrimientos más originales de Wilhelm Reich fue la **coraza muscular**: el tono muscular y el tono emocional están íntimamente relacionados. Las tensiones musculares crónicas bloquean la libre circulación de la energía vital. La estasis o estancamiento de esa energía se traduce en una inhibición para la expresión de la angustia y del placer. Las contracciones musculares crónicas devienen espasmos automáticos e inconscientes debido a impulsos congelados y emociones retenidas en los músculos, formando una coraza que se defiende de estímulos internos y externos. Los bloqueos musculares siguen una disposición céfalo-caudal segmentada: ocular, oral, collar, pectoral (incluye miembros superiores), el diafragmático, el abdominal y el pélvico (incluye miembros inferiores). La terapia reichiana es una invitación para contactar corazas musculares, identificar y ablandar resistencias, aflojar tensiones emocionales y lentamente disolver bloqueos energéticos y osteo-articulares profundos. "Tal vez haya en nuestro inconsciente corporal más de lo que sabemos conscientemente acerca del cuerpo". •Lic. Marcelo Della Mora. Psicólogo. M.N. N° 21.682. Teléfono: (011) 4982-5546. \* mdellamora@intramed.net



ESCUELA EXPRESIÓN HUMANA

**Danza Transpersonal:** Inspirada en músicas bellas y provocadoras. Habitar juntos variados estados emocionales nos permite desplegar de nuestro yo identificado con una sola forma de ser, para acceder a un estado de consciencia asociada. **También prácticas:** Herramientas, Mecanismos y Manchas Rítmicas. •Espacio de autoindagación para poder contactar y confiar en nuestros sentimientos, impulsos y pensamientos. •Somos un grupo inclusivo, sensible y colaborativo. **Encuentros formativos en Espiral**, donde podés sumarte todo el año como invitado. @escuelaexpresionhumana Wp: 115-338-9700

DESDE 2006  
ESCUELA DE BIOENERGÉTICA R.E.D.



Coordinador/a de Ejercicios Bioenergéticos  
1º y 2º años

Terapeuta Corporal Bioenergetista  
3º y 4º años

Clases semanales presenciales

Delgado 769, Colegiales, CABA

11-5653-1732 / 11-3209-9532

escueladebioenergetica.red

**Nuestra formación en Bioenergética es una sólida propuesta vigente desde el año 2006.** Nuestras egresadas/os trabajan como bioenergetistas, y muchas han producido bibliografía y actividades de promoción de la Bioenergética. •La propuesta de la escuela se estructura en **4 años de cursada**. La primera etapa de dos años consiste en la formación de Coordinador de ejercicios bioenergéticos: En Primer año está el foco en el autoconocimiento y nuestro sistema energético. Los alumnos practican la coordinación de ejercicios dentro de su grupo. En Segundo año se aprende el rol de coordinador, gestión de grupos y profundización en la teoría y los ejercicios. Se realizan pasantías supervisadas y un trabajo integrador. La segunda etapa, forma Terapeutas Corporales Bioenergetistas. En Tercer año nos dedicamos a las cinco estructuras de carácter. Los alumnos participan del Grupo terapéutico y prácticas. En Cuarto año continúa el Grupo terapéutico y hay Práctica Clínica. El trabajo de evaluación final consiste en realizar una Pasantía supervisada. Toda la formación cuenta con bibliografía de Alexander Lowen y otros autores. Modalidad de cursada: Presencial en 1ro y 2do. Mixta en 3ro y 4to años.



Cuerpo - Danza - Teatro

Clases individuales y grupales  
Talleres combinados

Cristina Soloaga

Profesora Nacional  
Expresión Corporal -  
Licenciatura Composición  
Coreográfica (IUNA)



156 685 3926  
csolaga60@hotmail.com  
Facebook e Ig: @Cristina Soloaga

**Danza - Expresión Corporal - Movimiento y Voz - Recursos Expresivos.** Más de 25 años de trayectoria en la docencia y en la expresión artística a través de distintas disciplinas. •«Taller Danza- Expresión Corporal»: Trabajamos sobre la conciencia corporal, la voz y la postura. Improvisación en danza y Composición. Todas las edades. Anual.V. Crespo •«Taller Teatro y Movimiento: todas las edades. Entrenamiento Corporal. La voz. Improvisación teatral. Grupal. Anual. Almagro •Teatro en Acción+60. Gratuito. Recoleta //Cristina Soloaga. Prof. Nacional de Expresión Corporal. Lic.Composición Coreográfica. UNA. //156 685 3926. //FB e Ig: @Cristina Soloaga //csolaga60@hotmail.com

# Guía Zené

## de cursos y profesionales de lo corporal



**Perla Tarello**  
"Diagnóstico en  
el trabajo corporal"  
+54 9 11 6036 6490  
perla.tarello@gmail.com

El adicto es en definitiva "la oveja negra donde recaen todos los males". Del relato de mis pacientes se deduce que, toda adicción es el resultado de una elección forzada realizada durante las primeras etapas de desarrollo. Tal vez el rasgo principal de la vincularidad adicta sea la marcada dependencia que establece con las personas que conforman la esfera de sus afectos. Por lo general, dichos individuos son también dependientes de las drogas más comunes (alcohol, tabaco, tranquilizantes, cocaína, miles de pastillas, etc. etc...) y de determinadas personas que a menudo se constituyen en afectos a los cuales adherirse, repitiendo un modelo de vínculo semejante al hábito de consumo de sustancias tóxicas. 15 60366490. perla.tarello@gmail.com



**TERAPIA  
CORPORAL  
EN ESCENA**  
Lic. Claudio Mestre  
@Claumestre2002 +54 9 11 5957-9536

**La intervención desde la Terapia Corporal en Escena (TCE) propone** pensar el cuerpo como emergente de ritmos y afectos, implica un enfoque dinámico de trabajo con el cuerpo y las emociones en movimiento, en su versión individual utilizo herramientas provenientes de las artes escénicas y el trabajo corporal con técnicas mixtas. Es un trabajo con el cuerpo emocional, que incluye las máscaras ya que éstas son potentes catalizadores y reveladoras del mundo imaginario. Es un espacio de instauración en apertura a nuevos afectos y flujos vitales. Lic. Claudio Mestre Claumestre2002 (ITG) +54 9 11 5957-9536



**Naturaldanza en Ushuaia**  
Tierra del fuego | Argentina

Naturaldanza es un estilo que bucea en la danza más primitiva de cada ser, en permanente conexión, respeto. Clases en salón rodeado de naturaleza autóctona. Clases en la Naturaleza. Bosques, playas, montañas son parte de nuestro escenario natural.

**CLASES REGULARES VIRTUALES 2026**  
**Todos los jueves**  
x Zoom 17:00 hs de Arg.

Las clases presenciales en salón corteza, comienzan en mayo

Más info por WhatsApp 2901400124 @naturaldanza:robernharstu

**Naturaldanza** es un estilo de danza que he creado a partir de mi experiencia con el movimiento en la naturaleza durante más de quince años, basada en mi formación como danzaterapeuta con María Fux, e inspirada en Isadora Duncan y su danza libre. •Esta es una práctica de movimiento natural necesaria para estos tiempos. Te convoco a realizar una pausa en tus rutinas, disfrutando de una danza expresiva y reparadora. Basada en los ciclos de la naturaleza. Una propuesta cuidada, respetuosa y amorosa. •La naturaleza estará presente en todo momento. Todos los movimientos en este estilo, han sido creados a partir de la observación de la naturaleza. No dejes de contactarme x washap 2901400124 **Rosana Bernharstu** Educadora corporal. Danzaterapeuta formada y certificada por María Fux. Artista del movimiento en la naturaleza. Creadora de Naturaldanza. Autora del libro «Danza sobre la Tierra»



5ª TEMPORADA  
**ANDARES  
POR EL MUNDO**

@ANDARES\_DANZAINCLUSIVA Radio Ceibo FABRICA DE ARTISTAS

**Andares por el mundo**, programa de entrevistas sobre Danza y accesibilidad alrededor del mundo. Disponible en todas las plataformas. Un programa de Radio Ceibo. Conducción: Claudia Gasparini. Edición: Elvira Grillo. Una producción de **Fundación Fábrica de Artistas**. Contactos: Instagram: @Andares\_DanzaInclusiva Facebook: @AndaresDanzaInclusiva Celu: +54 9 2994056103 Mail: andaresdanza@fabricadeartistas.com

**PAUSA FELDENKRAIS®**  
Angie y Marce

Clases online regulares abiertas a todo público

Todos los martes y jueves de 11 a 12 hs (hora Argentina)

Se entregan las grabaciones de cada clase

Anotate o pedí más info:  
pausa.feldenkrais@gmail.com  
11 4424 2206

**El Método Feldenkrais lleva el nombre de su fundador, el Dr. Moshé Feldenkrais (1904-1984)**, ingeniero israelí, científico, además de maestro de jiu-jitsu y judo. El creador define el concepto de salud, como la capacidad de recuperación mediante la reprogramación del sistema nervioso al comprender los patrones que tenemos de pensamiento y movimiento, y al buscar la expresión más completa de nuestras capacidades. Según Moshé, consiste en la exploración de la conexión entre el cerebro y el comportamiento como clave para la realización de nuestro potencial humano. Es un sistema general de enseñanza, que motiva la activación de la conciencia por el movimiento y promueve un reacondicionamiento y reorganización. Informes: pausa.feldenkrais@gmail.com

**SENSO  
CORPO  
REFLEXIÓN**  
...volver al pulso vital...

www.patriciaaschieri.com.ar  
poesiakorporalenmovimiento@gmail.com  
+54 9 11 2401-3577

Te propongo un amoroso camino de integración entre el cielo y vos para reencontrarte con tu pulso vital. El objetivo de los encuentros es fortalecer tu autoconocimiento, despertar los lugares dormidos de tu imaginación, empoderarte y promover tu capacidad de acción para alcanzar lo que deseas. Danza Butoh - Bioenergética - Exploración Arquetipal - Astrología Corporal- Lectura De Carta Natal. ¡Te espero! Tu consulta es una oportunidad. Celu: 54 911 2401 3577 Email: poesiakorporalenmovimiento@gmail.com Seguime en Youtube: La Astrología de Galilea Web: www.patriciaaschieri.com.ar

**Cantar es posible**  
Taller grupal de iniciación al Canto

Docente: Edith Scher ☎ 15 68756433

**Cantar es posible.** Taller grupal de iniciación al canto. Docente: Edith Scher, directora del grupo de teatro comunitario Matemurga de Villa Crespo. Desde 2002 da talleres de canto comunitario en todo el país.

**movimiento  
salud  
educación  
arte**

ENCUENTROS SEMANALES DE TEORÍA - PRÁCTICA - ANÁLISIS

SENSO PERCEPCIÓN INVESTIGACIÓN estudio- práctica-reflexión-escritura

VIERNES DE 10 A 12 modalidad virtual

COORDINAN  
DEBORAH KALMAR  
DANIELA YUTZIS

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN 2026

DEBORAH KALMAR +54 11 64476614 @estudio\_kalmar\_stokoe  
DANIELA YUTZIS +54 221 459 8715 @amancayeducaciondelmovimiento

Este espacio se crea por la necesidad de ofrecer una red de formación e investigación para todas las personas que se sientan conmovidas e interesadas por el movimiento en su aspecto ligado a la salud, al arte y/o a la educación. A la vida. Este es el tercer año de encuentros semanales desde distintos puntos del país y otros países del mundo para entretener práctica, teoría, reflexión, estudio y movimiento. Cada viernes nos reunimos docentes, investigadores y estudiantes para afinar el escucha hacia el entretreído con materiales teóricos y los temas emergentes sobre diversas áreas de análisis y creatividad. Abordamos el estudio de la organización del movimiento en las dimensiones del espacio-tiempo, el encuentro con el sentido de nuestras posturas, en relación con ello, trabajamos en particular, aquellos temas de anatomía para el movimiento, el uso de objetos y materiales de apoyo. Las lecturas y la investigación se articulan también junto a la capacidad de formularnos preguntas que motorizan el interés por el estudio. A lo largo de los últimos años, este espacio ha devenido el acompañamiento para la escritura, habiendo publicado el primer libro con el aporte de los textos de sus integrantes y actualmente estamos terminando la recopilación para un segundo libro. Hemos contado con la presencia de profesionales, artistas-docentes, invitados a compartir su mirada desde la antropología, educación, arte y filosofía. Las clases comienzan en marzo y terminan a mediados de diciembre. El grupo está abierto y damos la bienvenida a todo aquel que desee participar en el próximo 2026.



INSTITUTO DE LA MÁSCARA

**50 años**  
CON CUERPO Y ALMA

**ALQUILER DE SALA**

El Instituto de la Máscara alquila su sala para actividades afines.

www.mascarainstituto.com.ar  
institutomascara@gmail.com  
+5491164282944

# Guía Kene

## de cursos y profesionales de lo corporal



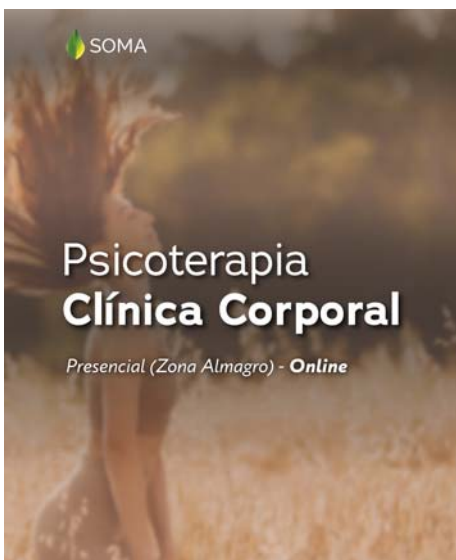
### SENSOPERCEPCION

Experimentación  
y creatividad  
Reflexiones teóricas

### TALLERES MENSUALES

✉ [olganicosia@gmail.com](mailto:olganicosia@gmail.com)  
 f Sensopercepción Nicosia  
 @nicosiaolga  
 ☎ 4832-9427 ☎ +54911 49738425

Exploración e investigación en movimiento, para lograr mayor discriminación perceptiva y disponibilidad corporal. Reflexiones sobre influencia de los apoyos, las cadenas miofasciales, la acción de la gravedad y otras fuerzas en la organización del movimiento. De la práctica a la teoría y viceversa. Talleres mensuales de 4 hs. cada uno, •Segundo sábado de cada mes.



### Psicoterapia Clínica Corporal

Presencial (Zona Almagro) - Online

**SOMA Salud mental, arte y movimiento:** Nuestro espacio nace desde la convicción de que lo psicológico, lo corporal, lo biológico, lo emocional y lo social son aspectos indivisibles. Ofrecemos: -Psicoterapia Corporal (Sesiones Individuales o Grupales).-Grupos de estudio y exploración: Movimiento Corporal y Comunicación en Psicoterapia.-Entrenamiento en Observación del Movimiento basado en los desarrollos de Laban/Bartenieff. -Seminarios Intensivos Vivenciales y Supervisiones Profesionales. Nos proponemos facilitar encuentros transdisciplinarios para compartir experiencias y generar lazos que fortalezcan la tarea de cada participante en el ámbito de la salud, el movimiento, la comunidad y el arte, abiertos también a estudiantes y educadores. Sumate a SOMA. Seguinos en Fb o en IG: @SOMAARGENTINA Contacto: Lic. Prof. Ingrid Jesica Kleiner. contacto@somaargentina.com.ar

EXPRESIÓN CORPORAL  
CREATIVIDAD EN MOVIMIENTO  
IMPROVISACIÓN

**SANDRA REGGIANI**  
Talleres regulares  
e Intensivos

☎ 54 9 11 5857 6168  
sandrareggiani@yahoo.com.ar

Un espacio dirigido a todas aquellas personas interesadas en la propuesta, independientemente de su formación y su ejercicio profesional. •Dedicado a: -desarrollar tus capacidades de movimiento y expresión, dándole forma a tu universo imaginario de modo personal y colectivo. -Adentrarse en la especificidad del arte del movimiento dando cabida a tu singularidad. - Profundizar en el conocimiento teórico práctico de la improvisación y la composición como vías de conocimiento y desarrollo artístico. -Reflexionar a partir de las experiencias y de analizar material bibliográfico y fílmico. -Implementar estrategias de supervisión y seguimiento para profesionales de la educación y la escena. Talleres regulares. Sandra Reggiani es Docente Titular e Investigadora en UNA (Universidad Nacional de las Artes)

### Frida Kaplan

EUTONISTA DOCENTE  
Miembro de la AALE, Registro N° 27

Personalidad destacada de la  
Ciudad Autónoma de Buenos Aires  
en el ámbito de la Salud

[www.fridakaplan-eutonia.com](http://www.fridakaplan-eutonia.com)

### NUEVO LIBRO DE EDITORIAL TOPIA



Disponible en

**TOPIA.COM.AR**  
y en librerías



Un abordaje integrador basado en herramientas psico-corporales.  
Un espacio de salud, bienestar y transformación creado hace 60 años en Argentina y difundido en todo el mundo

FORMACIÓN DE INSTRUCTORES  
MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO  
CONCIENCIACIÓN POSTURAL  
YOGA  
GRUPOS DE TRABAJO SOBRE SÍ  
LIBERACIÓN DE LA VOZ  
MASAJES

Paraguay 4694 CABA

**Actividades en el Nuevo Espacio:** •Clases de movimiento vital expresivo y de concientización postural: Presenciales, Virtuales, en los Parques •Grupos de trabajo sobre sí: Un espacio de autoconocimiento que nos acerca a nuestra esencia y promueve el desarrollo pleno del potencial creativo y vital. Mediante el empleo de técnicas de trabajo psico-corporal, como movimiento, expresión, trabajo con la voz, plástica, dramatizaciones, contacto y meditación, se abordan con mayor profundidad las trabas físicas, psíquicas y emocionales, facilitando una mejor relación con uno mismo y con los demás. •**Formación de instructores en el sistema Río Abierto** Terapeutas psicocorporales y transpersonales. Modalidad de cursada presencial y online. Título avalado por el Organismo Río Abierto Internacional. Duración 2 años. Con opción a 3er año de posgrado •**Talleres:** -Liberación de la voz -El cuerpo y la plástica -Meditación. •Masajes •Entrevistas individuales

Paraguay 4694, Palermo, CABA.  
Email: [fundacionrioabierto@gmail.com](mailto:fundacionrioabierto@gmail.com)  
facebook.com/rio.abierto  
Instagram: @rio\_abierto\_argentina



### TopiA AÑO XXXVI N° 106 Abril 2026

Una revista de pensamiento crítico donde el psicoanálisis se encuentra con la cultura

#### Editorial

Frente a la Inteligencia Artificial defender la singularidad de lo vivo  
Enrique Carpintero

#### Dossier:

La Inteligencia Artificial, un complemento de la experiencia humana  
Paula Sibilia y Carlos Barzani

El sufrimiento en el trabajo en la era digital  
Entrevista a Christophe Dejours

#### Area corporal

¿Cuerpo estás?  
Carlos Trosman

#### Primer premio del Octavo Concurso TopiA Ensayo Breve 2024/2025

Despliegues del desastre: el fin de una época y sus marcas en la subjetividad  
Maximiliano Anibal Reyes

[www.topia.com.ar](http://www.topia.com.ar) revista@topia.com.ar  
4802-5434 - 4551-2250

### MOVIMIENTO EXPRESIVO Sistema Milderman

Esencia - Espacio Evolutivo  
Celebramos +75 años del  
Sistema Milderman



**FORMACIÓN 2026**

✉ [movimientoexpresivosm@gmail.com](mailto:movimientoexpresivosm@gmail.com)  
 @movimiento\_expresivo

**El Sistema Milderman es una Disciplina Psicocorporal Integral** que articula Expresión Corporal, Yoga, Dramatización y Diálogo, Juego, Movimiento Expresivo, Meditación en Movimiento y en Quietud, Plástica Griega, Pintura Rítmica Expresiva, Liberación de la Voz, Masaje y Estudio del Trabajo sobre Sí mismo, en una misma clase/taller. •Esta Formación Psicofísica Integrativa está dirigida a Profesionales de Educación, Salud, Arte, Autoconocimiento, Trabajo Social, y para quienes tengan interés en un Camino de Autotransformación Integral, Personal y Colectiva. Promueve la Formación de Instructores Re-Educadores Psicofísicos Profesionales con Visión integral-holística, **Sedes** en Argentina Y ONLINE **Modalidades** Online - Semipresencial - Presencial. •**Actividades:** Talleres - Intensivos - Formación-Instructorado Aplicación - Investigación - Personalizados - Masajes - Giras - Retiros - Congresos - Festivales Coordinación: Prof. Mariel Sabrina Crispino +5491130927365 @movimiento\_expresivo **ESENCIA - Escuela del Sistema Milderman**



está asociada a



AReCIA

Asociación de  
Revistas Culturales  
Independientes  
de Argentina

[www.revistasculturales.org](http://www.revistasculturales.org)



# Kiné en el ciberespacio

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)



instagram @kine.revista



canal youtube @kine.revista5583



Participación de Kine en el : Desintoxicarse en tiempos : 30 años Las tapas de Kine : Kiné 30 años ¡Fiesta!

facebook @KINE la revista de lo corporal

