



Universidad de la República - Facultad de Psicología

Trabajo final de grado

TUTORA: PROF. DRA. ANA MARÍA ARAÚJO

Preproyecto de investigación

Hipermodernidad: la ansiedad como una de sus repercusiones psicosociales

CELIA PAULA LA PAZ BARBARICH

2.911.111-7

Montevideo, Julio de 2016

ÍNDICE

Resumen	3
1. Fundamentación y antecedentes.....	3
Marco Teórico	5
1.1 Hipermodernidad.....	5
1.2 Ansiedad	7
1.2.1 Ansiedad en la hipermodernidad	9
1.3 Dimensión psicosocial.....	10
1.4 Dimensión psicosomática	12
2. Problema y preguntas de investigación	13
3. Objetivo general	14
4. Objetivos específicos.....	14
5. Metodología.....	14
6. Consideraciones éticas	15
7. Plan de actividades y cronograma.....	15
8. Resultados esperados	16
9. Referencias bibliográficas.....	17

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Resumen

En el presente preproyecto de investigación se pretende analizar el actual paradigma de la hipermodernidad en relación con la ansiedad, como una de sus manifestaciones en el plano psicosocial.

Para realizar la investigación se empleará una metodología cualitativa con especial énfasis en la importancia de la escucha, a partir de una epistemología multirreferenciable que considere al mismo tiempo lo individual, lo grupal y lo social.

Se describirá la hipermodernidad a partir de las conceptualizaciones de diferentes autores contemporáneos y se abordará la concepción de la ansiedad desde el punto de vista psicosocial y psicosomático. Complementariamente, se incluirá información procedente de entrevistas con informantes calificados. En esta propuesta, pues, serán temas de especial interés el peso de la imagen, lo efímero y lábil de los vínculos, así como otras manifestaciones que presenta el ser humano en la actualidad. Estos asuntos se recogerán en los objetivos y mediante su consideración se espera arrojar luz sobre las cuestiones planteadas.

Palabras clave: hipermodernidad, ansiedad, repercusiones psicosociales.

1. Fundamentación y antecedentes

La elección del tema se fundamenta en la pertinencia social que supone estudiar la época hipermoderna y su relación con la ansiedad como manifestación psicosocial. En esta era donde imperan *webcams*, *smartphones*, redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, Tinder) y tantos otros *ojos virtuales*, es relevante reflexionar sobre estas innovaciones que, si bien son consideradas *a priori* como avances, dan lugar a otro tipo de valoraciones. Entre estas, se destacan las que señalan que las nuevas tecnologías pueden llegar a causar adicción, hábitos de conductas, variaciones del humor, ansiedad, etc.

Potencia esa situación el hecho de que el mundo virtual está presente -y de forma exacerbada- en todos los ámbitos de actuación del sujeto hipermoderno. Desde allí se puede trabajar, divertirse, comprar y hasta llegar a enamorarse solo con un clic, mediante un uso accesible a la mayoría de la población.

Asimismo, el rol que desempeña el capitalismo en esta sociedad consumidora, ávida por tener, por mostrar, pertenecer y estar dentro incide en la producción de subjetividad de los individuos como emergentes del entramado social contemporáneo. Por este motivo, se pretende visualizar los factores desencadenantes de estados ansiosos para poder actuar antes de que el grado de ansiedad cobre dimensión de

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

trastorno patológico. Téngase en cuenta que investigaciones de diferentes partes del mundo confirman el aumento de patologías vinculadas con la ansiedad. En este sentido, y al ser Uruguay un país en vías de desarrollo, resulta fundamental el tipo de abordaje propuesto en este trabajo desde una perspectiva holística y multidisciplinaria. Así, surge la necesidad de que sociólogos y psicólogos implicados en la temática, entre otros especialistas, respondan frente a las nuevas patologías contemporáneas y asuman una actitud proactiva en la atención y prevención de la ansiedad como una de ellas.

En el desarrollo del tema se hará una reseña de los antecedentes encontrados a nivel general. Seguidamente, se expondrán las características fundamentales de la hipermodernidad para poder entender la ansiedad como estado emergente de esta época y su repercusión en el individuo a nivel psicosocial, psicosomático y psicopatológico. En relación con esto, se abordará la ansiedad a nivel general, aunque en próximas investigaciones sería pertinente atender cada uno de los trastornos en forma particular.

En cuanto a los antecedentes, un aporte a destacar sobre el binomio contexto-ansiedad es el propuesto por Sheehan (1982), quien introdujo los conceptos antagónicos de ansiedad endógena y exógena. Con respecto a la primera, el autor explica que tiene un carácter autónomo, ajeno al estrés ambiental, en confrontación con la exógena, que resulta de la interacción del individuo con las situaciones ambientales estresantes. Este último concepto de ansiedad es el que atenderemos especialmente, porque constituye una manifestación de la época hipermoderna. Por otra parte, se relevaron artículos que afirman, como se ha mencionado más arriba, que trastornos como la ansiedad y la depresión han ido aumentando. Tal es el caso de lo que sostiene en una nota de prensa reciente la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2016):

Los trastornos mentales comunes están en aumento en todo el mundo. Entre 1990 y 2013, el número de personas con depresión o ansiedad ha aumentado en cerca de un 50 %, de 416 millones a 615 millones. Cerca de un 10 % de la población mundial está afectada, y los trastornos mentales representan un 30 % de la carga mundial de enfermedad no mortal. Las emergencias humanitarias y los conflictos aumentan la necesidad de ampliar las opciones terapéuticas. La OMS estima que durante las emergencias 1 de cada 5 personas se ve afectada por la depresión y la ansiedad.

En el paradigma tecnocrático actual, disciplinas como la comunicación, la psicología y la medicina trabajan con la preocupación de que algunos usuarios manifiestan patrones conductuales nocivos, experimentados por la utilización excesiva de las herramientas tecnológicas, tales como angustia, ansiedad o depresión. En el caso particular de la angustia y la ansiedad, se han ido asociando estos patrones a la

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

intoxicación informática. En este sentido, la llamada Adicción al Internet (ADI), la «infoxicación» y sus componentes de angustia y ansiedad, la depresión, el estrés y otras nosologías relacionadas empiezan a hacerse presentes en clínicas y consultorios (Trujano Ruíz y Quesada Vania, 2015).

De acuerdo con González (2007), «los trastornos de ansiedad constituyen la forma más prevalente de enfermedad psiquiátrica en la sociedad occidental, sin embargo, la gran mayoría de los pacientes que sufren estos trastornos no son correctamente identificados ni reciben un tratamiento adecuado». Esta autora sostiene, además, que el capitalismo y la falta de responsabilidad para asumir decisiones conducen al estrés del individuo. A este respecto, considérese que en la sociedad actual, donde se dan altos niveles de exigencia y se rechaza el fracaso, la interpretación de la realidad es razón fundamental para potenciar la ansiedad e incluso producir un trastorno.

En concordancia con lo expuesto anteriormente, Puchol (2003) sostiene que los trastornos de ansiedad son la epidemia silenciosa del siglo XXI. Agrega que el impacto que la *ansiedad patológica* es capaz de ejercer sobre el individuo que la padece puede ser devastador y, en la mayoría de los casos, no está lo suficientemente reconocido. Además, las consecuencias del progresivo deterioro se extienden no solo al área personal sino que también afectan a las relaciones familiares y sociales, incluso a las posibilidades reales de desarrollo profesional.

Según lo que recoge Costa (2015), a partir de opiniones calificadas, el trastorno de pánico se ha convertido en «la vedette» entre los trastornos de ansiedad; término general que abarca varias formas de un trastorno mental caracterizado por miedo y ansiedad. En la publicación se señala que comenzó a verse este tipo de trastornos a mediados de la década de los 90 y se constató un incremento de los casos con el paso de los años. Reafirmando esta idea, Trelles, en Costa (2015), excoordinador del Programa de Salud Mental del Ministerio de Salud Pública de Uruguay, informa que la tercera parte de las consultas que recibe son por esa causa. A propósito de esta situación, señaló que «la crisis o el ataque de pánico definitivamente es una gran crisis de angustia y ansiedad». A su vez, plantea que Uruguay no tiene estadísticas en cuanto a la población que padece estos episodios, pero en la mayoría de los casos se trata de personas cuyas edades están comprendidas entre los 18 y los 40 años, mayoritariamente mujeres.

De acuerdo a estos antecedentes se observa que es necesario seguir avanzando en esta temática, principalmente en Uruguay, y generar espacios de intervención y abrir sucesivas líneas de investigación.

Marco Teórico

1.1 Hipermodernidad

El término hipermodernidad ha sido difundido, entre otros, por el filósofo francés Gilles Lipovetsky para referirse a la época actual, la cual describe en su libro *Los tiempos hipermodernos* (2006) de la siguiente manera: «[...]era de la exacerbación de la modernidad, de una modernidad elevada a una potencia superlativa. Estamos en una era “hiper”: hipercapitalista, de hiperpotencias, hiperterrorismo, hipervacaciones, hiperindividualismos, hipermercados». (p. 55) Esta descripción se puede articular con el concepto de «modernidad líquida» de Bauman (2004), *El costo de la excelencia* de (De Gaulejac y Aubert, 1993) y *Todos los Tiempos el tiempo* de Araújo (2013). De esta manera, se puede decir que la hipermodernidad es la época o paradigma que se vive en la actualidad y que implica un proceso que concatena múltiples y diferentes sucesos, razón por la cual resulta pertinente abordar la temática desde varias dimensiones y de forma rizomática. Es la era de la desesperanza, de lo efímero, «del vacío», como la define Lipovetsky (2003). Por consiguiente, no hay tiempo de asimilar un objeto o un concepto, ni de comprometerse en un vínculo afectivo, emocional o laboral, ya que todo se vuelve inmediatamente obsoleto, dando lugar a otro mejor, diferente o nuevo. Esto constituye un síntoma epocal de impaciencia y falta de profundidad que se refleja en todos los ámbitos que involucran al sujeto.

Por otro lado, esta época se encuentra enmarcada dentro del capitalismo mundial integrado (en adelante CMI), el cual, si bien ha mutado en cuanto a su forma de ejercer el control, tiene como fin último el construir subjetividades obedientes. En este sentido, ha habido un pasaje del verbo modal *deber* hacia el *poder*, tal como lo expresa el filósofo coreano Han, en su obra *La agonía del eros* (2014). En la misma, el autor reflexiona acerca de cómo el mandato de la sociedad actual *tú puedes* es más coercitivo que el *tú debes* del disciplinamiento, resaltando, además, la *pseudoliberalidad* que posee el individuo, ya que si bien puede elegir cae en una autoexplotación que no le permite ser verdaderamente libre. Recuérdese que ya Fromm (1973) consideraba que el hombre moderno vive bajo la ilusión de saber lo que quiere, cuando en realidad desea únicamente lo que socialmente se supone que ha de desear.

Cabe destacar que el CMI opera por medio de la seducción, lo que no genera resistencias por parte del individuo. Es así que en las subjetividades contemporáneas el control ya no se desarrolla en el encierro, sino en espacios abiertos y la pregunta que hace el capitalismo es: «¿qué te hace falta?» a lo que el mercado responde con

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

tentadoras y múltiples ofertas. Por lo tanto, esta época se asocia con el individualismo y el desencanto, en la que los medios masivos de comunicación promueven en los sujetos necesidades que no son reales, pero que las hacen ver como tales, estimulando el consumo tanto de objetos como de sujetos y hasta de estilos de vida. Además, como todo es efímero, fácilmente sustituible y reciclable, supone caer en una especie de histeria consumista que empuja al individuo hacia el caos, en el sentido de desvirtuar sus necesidades reales, obligándolo a desear otras. Reafirmando esta idea, Fromm (2003) plantea que el mundo es para él un enorme objeto para satisfacer sus apetitos: una botella grande, una manzana grande, una teta grande... Y el hombre ha llegado a ser el gran lactante, siempre a la espera de algo y siempre decepcionado. Con respecto a esta observación, parecería que *tener para ser* fuese la consigna de esta cultura que promueve las apariencias y lo visible. Desde una perspectiva compartida, Paula Sibilia, en su libro *La intimidad como espectáculo* (2008), refleja este concepto en la siguiente expresión: «[...] tendencias exhibicionistas y performáticas alimentan la persecución de un efecto: el reconocimiento en los ojos ajenos y, sobre todo, el codiciado trofeo de ser visto. Cada vez más, hay que aparecer para ser» (p.130).

En esta misma línea, el filósofo coreano Han (2013) plantea que vivimos en un mundo que tiende a la hipervisibilidad, un espacio sin secretos ni misterios ocultos. La denomina sociedad de la transparencia, y afirma: «En la sociedad expuesta, cada sujeto es su propio objeto de publicidad. Todo se mide en su valor de exposición [...] Todo está vuelto hacia fuera, descubierto, despojado, desvestido y expuesto. El exceso de exposición hace de todo una mercancía [...] (p. 29). Al respecto, Le Breton (1995) señala que el cuerpo, más que un objeto de deseo, es un objeto de obsesión, y más que un objeto de gozo es una obligación.

Otra de las características fundamentales de la hipermodernidad es el valor elevado que se adjudica al tiempo, aquello de que *el tiempo es oro*, como determinante en la vida de los sujetos. A propósito de esto, Araújo (2013) hace referencia a la vertiginosidad del pasaje del tiempo y la consiguiente transformación en las subjetividades de los individuos. En su libro *Todos los tiempos el tiempo*, la autora destaca la mutación civilizatoria que se da a nivel de los vínculos y de la comunicación virtual, manifestándose de igual modo en el mundo del trabajo. El concepto del tiempo, en conjunción con los términos efímero, inmediatez, rápido, apurado, aparece fuertemente arraigado al de ansiedad.

Otro tema no menos importante de esta época es lo que Lipovetsky (2007) denominó *felicidad paradójica* para referirse al hecho de que la sociedad del hiperconsumo impone imágenes de felicidad, de bienestar, opuestas a las sociedades

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

actuales que se encuentran sumidas en la ansiedad. Estas imágenes felices son contradictorias con la cotidianeidad, donde todo es complicado, el futuro incierto y la vida privada agitada por sobresaltos permanentes.

1.2 Ansiedad

Para enmarcar la reflexión sobre la ansiedad como una característica fundamental de la época hipermoderna, se considerarán algunas definiciones y concepciones del término para entender de qué se trata y cuándo es normal o patológica.

En su propia etimología el término ansiedad supone diferentes apreciaciones y posturas que no podrán ser atendidas en este trabajo, debido a su formato y extensión. Según el Diccionario de la Real Academia Española (21.^a edición), el término *ansiedad* proviene del latín *anxieta*, que refiere a un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo, y supone una de las sensaciones más frecuentes del ser humano, una emoción complicada y displacentera que se manifiesta mediante una tensión emocional acompañada de un correlato somático (Ayuso, 1988; Bulbena, 1986).

De forma general, se puede definir a la ansiedad como un fenómeno adaptativo que cumple funciones de alerta y de defensa necesarias para la supervivencia de un individuo. Se considera una emoción universal y surge cuando se percibe una situación como peligrosa o amenazante, independientemente del peligro o amenaza real que represente.

Freud, en su obra *Inhibición, síntoma y angustia* (1980), es quien liga de forma concluyente el concepto de ansiedad con la psicología, considerándola como un miedo sin objeto. El autor conceptualiza la ansiedad como impulsos y vivencias internos del sujeto, como un proceso de naturaleza tensional en el que el *yo* aparece amenazado por una gran excitación que no puede controlar. (Casado, 2002). Diferencia tres tipos de ansiedad: real, neurótica y moral.

Más adelante, Spielberger (1972), define a la ansiedad como un estado emocional displacentero, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, aprensión o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo. Por su parte, la Asociación Psiquiátrica Americana (APA, 2010) la define como aprensión, tensión o dificultad que surge por la anticipación de un peligro cuya fuente es desconocida. En el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (López-Ibor y Valdés, 2002), explica la ansiedad como la anticipación aprensiva de un futuro peligro o adversidad, acompañada por un sentimiento de disforia o síntomas somáticos de tensión. El foco del peligro anticipado puede ser interno o externo. De acuerdo con Sierra, *et al* (2003), las manifestaciones de la ansiedad consisten en una respuesta

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

vivencial, fisiológica, conductual y cognitiva, caracterizada por un estado generalizado de alerta y activación.

Con referencia a la psicopatología de la ansiedad, el DSM-IV considera que las reacciones de ansiedad pueden alcanzar niveles excesivamente altos o pueden ser poco adaptativas en determinadas situaciones. En este caso, la reacción deja de ser normal y se considera patológica. En el mismo manual, este tipo de trastorno comparte características de miedo y ansiedad excesivos.

Se puede decir que existen casi tantas definiciones de ansiedad como modelos teóricos donde encuadrar las mismas, por lo que todas las teorías están de acuerdo en que es una respuesta emocional compleja, adaptativa y fenomenológicamente pluridimensional (Sierra, J. C., *et al*, 2003).

Si bien la ansiedad no es una emoción patológica por sí misma, cuando los fenómenos que se presentan en ella aumentan cualitativa y cuantitativamente, puede llegar a serlo y a convertirse en un malestar para el que la padece, volverse patológica e incluso transformarse en un trastorno (Marks, 1991). Cabe destacar que la reacción de ansiedad implica la actuación de distintos sistemas de respuesta (cognitivo, fisiológico y motor) que no siempre están bien coordinados.

Con respecto a las clasificaciones de la ansiedad, existen unos criterios universales para determinar si es posible diagnosticar el comportamiento de una persona como un trastorno de ansiedad. Estos criterios están recogidos en las dos clasificaciones de trastornos mentales (o psicopatológicos) más importantes:

- DSM-IV-TR (Asociación de Psiquiatras Americanos, APA),
- CIE-10 (Organización Mundial de la Salud, OMS).

A este respecto, el DSM-IV-TR enumera doce trastornos de ansiedad y en el CIE10 los trastornos neuróticos (ansiedad) se agrupan con trastornos relacionados con el estrés y somatomorfos.

1.2.1 Ansiedad en la hipermodernidad.

La breve reseña teórica que se ha ofrecido pretende identificar qué se entiende por ansiedad normal o adaptativa y cuándo comienza a significar un malestar patológico para la persona. A partir de esto, se puede contextualizar la ansiedad en la hipermodernidad. Gonçalvez, (2008) considera:

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Si la histeria fue la psicopatología más destacada a comienzos del siglo pasado, si la depresión fue la enfermedad predominante en la segunda mitad del siglo pasado, si en los ochenta y los noventa se despliega el auge de los trastornos narcisistas, este nuevo siglo parece despuntar con nuevos escenarios atravesados por patologías, biopatías y trastornos derivadas de una emoción predominante:el miedo.(p.2)

Actualmente, estas sociedades de riesgo conllevan a que las personas se encuentren en estados de tensión permanente fomentando el desarrollo de estos trastornos. El hecho de que se dé un determinado trastorno u otro depende de las fortalezas de la persona y de la capacidad de afrontar las situaciones a las que se encuentra expuesto, variables que pueden ir desde una crisis de angustia hasta un ataque de pánico.

Asimismo, y partiendo de estos constructos teóricos, se pretende dar cuenta de las posibles causas que emergen de este contexto hipermoderno y que, además, pueden generar sujetos ansiosos. De este modo, se puede decir que las manifestaciones de la ansiedad en la actualidad encuentran eco en las palabras de Araújo (2011):

[...] vivimos en sociedades de riesgos. Sociedades de miedo. Miedo a los vínculos profundos, riesgo y miedo de la destrucción del Ecosistema que, paradójicamente estamos colaborando en destruir... Miedo a no poder sostener, allí, en lo más hondo de nosotros mismos, la aceleración y el vértigo de estas sociedades, de no poder resignificar nuestras propias vidas y dar sentido a nuestras existencias.(pp. 113-114)

Siguiendo en esta línea, se puede ver que en *Los tiempos hipermodernos* (2006), como advierte Lipovetsky, el individuo hipermoderno es libre, pero frágil y vulnerable. Disfruta de su individualismo hedonista y bulímico, pero vive angustiado. El autor justifica este concepto haciendo notar que el peligro procede de una inquietante fragilización y desestabilización emocional de los individuos. Explica que las grandes instituciones ya no son sólidas ni estructuradoras como lo eran antes, lo que supone ausencia de referencias, y que trae como consecuencia una serie de trastornos psicosomáticos, depresiones y angustias. A la vez, el individuo hipermoderno, inmerso en la sociedad del rendimiento, se encuentra desengañado, expuesto a nuevas coyunturas de ansiedad ligadas al fracaso y a la necesidad de mantener el éxito, pero además está solo para enfrentar estas presiones.

En otro orden de cosas y en lo concerniente al plano tecnológico, existe lo que Alfons Cornella (2010) denomina «infoxicación». Este autor introdujo el término para referirse al exceso de información que trajo aparejada la llegada de internet y que desencadenó en saturación e intoxicación. En este sentido, la infoxicación es considerada como la enfermedad de la sociedad digital de principios del siglo XXI. Como consecuencia de esta sobreinformación, aparece la ansiedad, el estrés y los trastornos del sueño, entre otras manifestaciones somáticas.

Asimismo, en el ámbito de la tecnología, se presenta la complejidad que implica el

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

uso de las redes sociales y los vínculos *on line*. Este tema, que será desarrollado en el próximo apartado, representa también un factor de ansiedad debido al acceso a una oferta continua e inacabable de opciones.

En resumen, se puede decir que el individuo epocal se encuentra inmerso en una psicopatologización de la existencia *per se*, que a su vez es generadora de ansiedad.

1.3 Dimensión psicosocial

Considérese, para empezar, la cita de Najmanovich (2001): «El mundo que construimos no depende solo de nosotros sino que emerge en la interacción multidimensional de los seres humanos con su ambiente, del que somos inseparables.» (p.110)

Está claro que el período que se vive actualmente está caracterizado por grandes transformaciones que se reflejan en instituciones tradicionales, tales como el trabajo, la familia, la iglesia, la pareja, la democracia, el género, etc., y que repercuten en la manera y forma de vivir de los individuos, en su modo de vincularse y de pensar el futuro. Asimismo, se viven tiempos de incertidumbre e inseguridad que producen angustia y ansiedad y suponen una pérdida de las dimensiones de profundidad en el ser humano.

Lipovetsky, en su libro *Los Tiempos hipermodernos* (2006) expresa que en la hipermodernidad el desempleo, la preocupación por la salud, las crisis económicas y un sinnúmero de virus que provocan ansiedad individual y colectiva se han introducido en el cuerpo social. A propósito de esto, Araújo (2013), expresa:

Y el miedo se torna líquido, inaprensible, invadiendo la esfera del trabajo y de los vínculos. El miedo a la pérdida y a la des-inserción social, el miedo a la soledad afectiva, corporal pautan nuestras vidas cotidianas. La inseguridad y ese miedo a la pérdida y al fracaso generan vulnerabilidad y desasosiego, que a su vez son productores de ansiedad y angustia. (p.27)

Prosiguiendo en esta línea y recordando la frase del reconocido filósofo español Ortega y Gasset (1946), «yo soy yo y mis circunstancias», se puede reflexionar acerca de cómo las circunstancias y el contexto en el que se encuentra inmerso un individuo constituyen un papel determinante en su comportamiento social y en la forma como interactúa con su realidad circundante. A propósito de ello, téngase en cuenta lo expresado por De Gaulejac (1996): «lo social y el psiquismo se nutren uno del otro permanentemente y de manera indisociable» (p. 15). Así pues, se evidencia la relevancia del contexto como disparador de la ansiedad, donde los mensajes que signan esta época apuntan al éxito, al rendimiento y al dar y exigir siempre más.

En tiempos donde todo se sustituye fácilmente también está presente el plano

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

laboral y, en este sentido, el desempleo lleva al individuo desempleado a aislarse, a dejar de disfrutar sus actividades, tal vez a la generación de problemas familiares, en la pareja y con toda su red de vínculos. Este factor no es menor, ya que puede desencadenar múltiples y variadas manifestaciones donde se podrían producir conductas delictivas y hasta suicidas.

Del mismo modo, se aprecia la contracara de esta problemática: la adicción al trabajo, también denominada *workaholism*. Entonces, se presenta esta disyuntiva: o se está desempleado, o se produce la adicción al trabajo, lo cual pone en evidencia otra de las paradojas de estos tiempos. Específicamente sobre estas repercusiones en el plano laboral, Araújo (2013) reflexiona acerca de cómo el trabajo toca dimensiones esenciales del ser humano: el hacer, el tener, el ser, aportando un lugar en el mundo, una red social de vínculos y afectos, un sentido de pertenencia, una retribución material, económica, por la tarea realizada, un sentido a la existencia.

Otro aspecto a destacar del ámbito laboral en tiempos hipermodernos es el que ocurre en la sociedad japonesa actual. Allí existe un fenómeno social denominado *karoshi*, que significa *muerte por exceso de trabajo*. Frente al mandato hipermoderno *sé libre*, el sujeto se *auto-explota* y pone en evidencia la exigencia y presión que supone esta era. Así, el filósofo coreano Han (2014), en su libro *La agonía del Eros*, manifiesta con respecto a la *pseudalibertad* del individuo actual:

El sujeto del rendimiento, como empresario de sí mismo, sin duda es libre en cuanto que no está sometido a ningún otro que le mande y lo explote; pero no es realmente libre, pues se explota a sí mismo, por más que lo haga con entera libertad (p.19).

A su vez, este individuo hipermoderno encuentra dificultades para formar vínculos sólidos y estables, ya que está menos dispuesto para amar, presenta poca tolerancia a la frustración y carece de fé. El paradigma hipermoderno reproduce una cultura homogeneizante donde prevalece la urgencia y la inmediatez, por lo que el proyectarse a largo plazo se hace cada vez más difícil ya que no se encuentra tiempo para esperar a que dichos proyectos se realicen. De esta manera, los vínculos personales que se establecen en general y, particularmente los amorosos, se han visto profundamente modificados, debido a que el individuo hipermoderno no tolera el tiempo que se necesita para construirlos de manera estable y duradera. El narcisismo predominante en la sociedad hipermoderna, ha mercantilizado el cuerpo, por lo tanto este se ha convertido en un objeto (Le Breton (1995). Además, tiene que ser dúctil para lidiar con todas estas vicisitudes, lo que supone una exigencia extra a las anteriormente planteadas.

A propósito de los vínculos, la proliferante aparición de las redes sociales genera

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

nuevas formas virtuales de relacionamiento entre los sujetos pero, a la vez, impide la corporeidad. Esta modalidad de vincularse supone un efecto paradójico típico de la hipermodernidad ya que si bien permite estar conectado y cerca de personas que están lejos, también puede separar personas que se encuentren dentro de un mismo entorno. Según Han (2013), «la red se transforma en una esfera íntima, o en una zona de bienestar. La cercanía, de la que se ha eliminado toda lejanía, es también una forma de expresión de la transparencia» (p.69).

Para Castells (2000) las nuevas tecnologías generan comportamientos y estilos de vida que imponen determinados tipos de convivencia, a pesar de que la sociedad no esté totalmente definida por la tecnología. Asimismo, se debe considerar que hoy en día los *smartphones* permiten descargar diversas aplicaciones (*apps*), que aunque resulten ventajosas para el usuario, en algunos casos, también obstaculizan el vínculo cara a cara. Como ejemplo de ello, recientemente han salido al mercado aplicaciones que ofrecen al usuario la posibilidad de autocontrolar la ansiedad, junto a otros recursos similares para lograr esos objetivos, según el tipo de dispositivo que se posea.

1.4 Dimensión psicosomática

Para reflexionar sobre esta dimensión se recurrió al Centro Psicosomática Psicoanalista de Uruguay (CEMEPSI), que aportó información desde su posicionamiento teórico y clínico de la psicosomática psicoanalítica que adhiere a las concepciones planteadas por el Dr. Luis Chiozza. Para la psicosomática, la enfermedad es un dato del afecto que está en juego en esa enfermedad.

Esta afirmación parte de las investigaciones realizadas por ese autor en pacientes que presentan una misma patología y en los que se observó cuáles eran los afectos descargados en cada órgano. A partir de esas investigaciones se trabaja con lo que se llama *fantasía específica*, que es lo que va a hacer que ese órgano se enferme y no otro y que esa persona se enferme en ese momento de su vida y no en otro. Para Chiozza (1998), cada afecto tiene un trazo mnémico inconsciente que determina la cualidad de la descarga somática y en cada trastorno existe una fantasía inconsciente específica que tiene conexión con el lenguaje. Es por esto que cuando alguien enferma en ese momento particular de su vida, algo pasó que no lo pudo tramitar adecuadamente, no pudo hacerlo consciente (angustiarlo, llorarlo, sentirlo) y la descarga de ese afecto se desvió a ese órgano. En este sentido, algo queda mal resuelto y esto hace que la persona enferme.

Desde esta perspectiva, y en cuanto a la relación mente-cuerpo, se afirma que «lo somático y lo psíquico no son dos existentes distintos, sino manifestaciones de una

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

misma medalla que posee dos caras. Medalla que será categorizada de una u otra manera según cuál sea la cara que la conciencia ilumina» (Chiozza, 2008, p. 193).

Cabe señalar que cuando los afectos no son descargados conscientemente sucede que esa descarga se hace en un órgano específico del cuerpo y se da lo que se denomina patosomatosis. Entonces, la descarga es recibida por un órgano relacionado con ese afecto directamente. Al respecto, Chiozza (1976) explica que «la elección del órgano a través del cual se expresa un determinado trastorno, se rige por los mismos principios que determinan la elección de cualquier otra representación» (pág. 51). Es por esto que el mismo autor afirma: «[...] los síntomas y signos, pretendidamente somáticos, en realidad son afectos genuinamente psíquicos, deformados “patosomáticamente” por medio de una clave de inervación que determina la cualidad de su descarga” (p. 89). En la misma línea de pensamiento, Dolto (1984) sostiene

[...] los trastornos psicósomáticos son afecciones funcionales del cuerpo que no se deben a causas orgánicas: no hay infección, no hay en un principio trastornos lesionales; no hay trastornos neurológicos; y, sin embargo, el individuo padece un desarreglo de su salud, sufre. Su cuerpo está enfermo, pero el origen de su desorden funcional fisiológico es un desorden inconsciente psicológico. (p. 279).

Si bien no existen aún investigaciones científicas que lo puedan confirmar, se puede inferir que en la actualidad los trastornos alimenticios (bulimia y anorexia), así como los trastornos tiroideos, se podrían considerar como una manifestación somática de ansiedad . (G. Garelo, comunicación personal, julio 11, 2016) Esto se explica por las características de la hipermodernidad, por el peso que tiene la imagen al imponer cánones de belleza estandarizados y el no poder parar y aceptar que no se puede con todo, lo cual genera ansiedad. Siguiendo esta lógica de ideas, estos trastornos estarían hablando al paciente, en lenguaje de órgano, depositando en el cuerpo estas manifestaciones.

Por todo esto, resulta relevante, como se ha planteado más arriba, abordar la ansiedad y la inmanencia del contexto desde una perspectiva holística, interdisciplinaria y desde un compromiso ético como futuros psicólogos.

En este sentido, y a través de este trabajo, se trata de reflexionar acerca de la complejidad que supone el tema planteado para poder entender al ser humano desde lo latente y lo manifiesto, como sujeto singular, pero también desde lo colectivo y vincular.

2. Problema y preguntas de investigación

Como es sabido, cada época tiene sus enfermedades emblemáticas o de moda,

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

que son producto de múltiples convergencias del contexto que se vivencia y que se manifiestan en enfermedades, tanto biológicas como psicológicas, en el individuo que es considerado bio- psico- social. Es por esta razón que surge el interés de identificar la época actual como precursora de patologías relacionadas con la ansiedad, dado el incremento de ellas en esta hipermodernidad de la inmediatez, donde la falta de tiempo de espera, entre otras, afecta negativamente el cuerpo y la mente. Es nuestro propósito investigar cómo se expresa la ansiedad a través del cuerpo y cuáles son las dimensiones en las que repercute y se hace visible.

Concretamente, las preguntas que orientan el proyecto son:

.¿Cuáles son las características psicosociales de la ansiedad en la hipermodernidad?

.¿Cómo afecta la hipermodernidad en la relación vincular del sujeto?

.¿Cómo se manifiesta la ansiedad en el cuerpo a nivel psicosomático?

3. Objetivo general

Estudiar el vínculo entre la hipermodernidad y la ansiedad a partir de las dimensiones psicosociales y psicosomáticas.

4. Objetivos específicos

.Estudiar el vínculo entre hipermodernidad y ansiedad.

.Analizar la dimensión psicosocial de la ansiedad en la hipermodernidad.

Describir la dimensión psicosomática de la ansiedad.

5. Metodología

La metodología involucra un posicionamiento epistemológico, conceptual y ético en cada investigación. En este sentido, para el encuadre metodológico de este preproyecto, se contemplarán conceptos defendidos por el psicoanalista y antropólogo Devereux (1977) concernientes a la importancia de lo que sucede dentro del observador, es decir, sus propias reacciones de contratransferencia como ser humano concreto. El autor afirma que «[...] cuanto mayor ansiedad ocasiona un fenómeno, menos capaz parece el hombre de observarlo debidamente, de pensarlo objetivamente y de crear métodos adecuados para describirlo, entenderlo, controlarlo y pronosticarlo» (p,28). Asimismo, y adhiriendo al pensamiento de la Psicología

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Clínica, se pretende, a través del diálogo y las vivencias del otro, co-construir conocimiento junto a él.

Para alcanzar los objetivos anteriormente planteados, se realizará una investigación cualitativa. A propósito de ella, Taylor y Bogdan (1987), sostienen que «si estudiamos a las personas cualitativamente, llegamos a conocerlas en lo personal y experimentar lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas en la sociedad» (p. 21). A través de la presente investigación, se buscará entonces conocer y comprender las significaciones que tienen determinados acontecimientos para los involucrados (planteados en los objetivos) y cómo ellos los vivencian. A tal efecto, la recolección de datos se efectuará a través de entrevistas semidirigidas. Esta técnica consiste en la realización de encuentros estructurados para comprender la perspectiva que tiene el sujeto con respecto a su vida, experiencias o situaciones y, tal como las expresa con sus propias palabras (Taylor y Bogdan, 1987), a través de una serie de preguntas preestablecidas. No obstante, esto permite al entrevistador introducir preguntas adicionales, según lo considere pertinente, para obtener información más precisa sobre los temas deseados (Sampieri, 2010).

Complementariamente, se recurrirá a informantes calificados, psicólogos y psicoanalistas en este caso, especializados en la temática planteada.

En cuanto al criterio de selección de la población: se estudiará a un grupo de personas mayores de edad, circunscriptas en una franja etaria entre 30 y 50 años, sin hacerse distinción de género, que se encuentren en tratamiento psicoterapéutico por ansiedad en un centro mutual, dentro del departamento de Montevideo. La selección será intencional o de conveniencia y el criterio de inclusión refiere a la especificidad de la población, en cuanto a que acude a tratamiento psicoterapéutico.

6. Consideraciones éticas

De acuerdo con las consideraciones expuestas en el *Código de ética profesional del psicólogo/a* (2001), se tendrán en cuenta las cuestiones éticas y formales que deben contemplarse al realizar una investigación con seres humanos; es decir, criterios de confidencialidad, hoja informativa, consentimiento informado, devoluciones al terminar el proceso, etc. Se comunicará a los involucrados en esta investigación que la información y los registros serán utilizados sólo con fines académicos.

7. Plan de actividades y cronograma

Cronograma

Actividad	Primer semestre			Segundo semestre			Tercer semestre			Cuarto semestre		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisión bibliográfica	■											
Autorización y coordinación con la Institución.				■								
Selección de la población de estudio.				■								
Entrevistas semi estructuradas.						■						
Análisis de datos.									■			
Redacción del informe										■		
Difusión y devolución a participantes.												■

8. Resultados esperados

El presente trabajo pretende dar respuesta a los objetivos y al problema de investigación planteados. Se espera contribuir al conocimiento acerca de la temática propuesta y generar posibles espacios para trabajar en torno a la misma.

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Enmarcado dentro de un Trabajo Final de grado, se espera, una vez finalizado este preproyecto:

- ejecutar la concreción del mismo a través del desarrollo investigación- acción,
- aportar mayor conocimiento sobre la ansiedad y la especificidad que ella adquiere en la hipermodernidad,
- desarrollar talleres psicosociales para trabajar sobre el fenómeno de la hipermodernidad y, en concreto, sobre la ansiedad.

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Referencias bibliográficas

- APA. (actualizado en 2010). *Trastornos de la ansiedad: el papel de la psicoterapia en el tratamiento eficaz*. Recuperado de
<<http://www.apa.org/centrodeapoyo/tratamiento.aspx>>
- Araújo, A. (2011). *Sociología clínica: una epistemología para la acción*. Montevideo: Psicolibros Universitario.
- Araujo, A. (2013). *Todos los tiempos, el tiempo*. Montevideo: Psicolibros Universitario.
- Ayuso Gutiérrez J. L. (1988). *Trastornos de angustia*. Barcelona: Editorial Martínez Roca.
- Bauman, Z. (2004) *Modernidad Líquida*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Bulbena, A. (1986). Psicopatología de la psicomotricidad. En Vallejo, J. (Ed.), *Introducción a la psicopatología y la psiquiatría*. Barcelona: Salvat. pp. 236-255.
- Casado Morales, M. I. (2002). *Ansiedad, stress y trastornos psicofisiológicos*. Universidad Complutense de Madrid: Servicio de Publicaciones.
- Castells, M. (2000). *La era de la información: economía, sociedad y cultura*. 1. Madrid: Alianza.
- Chiozza L. (1976). *Cuerpo, afecto y lenguaje. Psicoanálisis y enfermedad somática*. Buenos Aires: Paidós.
- Chiozza L. (1998). *Hidden affects in somatic disorders: psychoanalytic perspectives on asthma, psoriasis, diabetes, cerebrovascular disease and other disorders*. Madison, CT.: Psychosocial Press/ Int. Univ. Press.
- Chiozza L. (2008). *Obras completas. Metapsicología y metahistoria 4*. Tomo VI (1992-1995). Buenos Aires: Libros del Zorzal.

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

- Coordinadora de Psicólogos del Uruguay. (2001). *Código de ética profesional del psicólogo/a*. Recuperado de
<<http://www.psicologos.org.uy/index.php/sobrecpu/codigo-de-etica.html>>
- Cornella, A. (2010). *Infoxicación: Buscando un orden en la información*. Barcelona: Infonomía.
- Costa Delgado, L. (2015). *Crecen las consultas por trastornos de pánico en Uruguay*. Recuperado de: <<http://www.elpais.com.uy/vida-actual/ataques-panico-crecen-consultas-uruguayos.html>>
- De Gaulejac, V. (1996). *Las fuentes de la vergüenza*. París: Sapere Aude.
- De Gaulejac, V., y Aubert, N. (1993). *El coste de la excelencia*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Devereux, G. (1977). *De la ansiedad al método en las ciencias del comportamiento*, México: Siglo XXI
- Dolto, F. (1984). *La imagen inconsciente del cuerpo*. Barcelona: Paidós.
- Freud, S. (1980). Inhibición, síntoma y angustia. Capítulos 2, 3, 4 y 8. *Obras Completas* (Tomo XX). Buenos Aires: Amorrortu.
- Fromm, E. (1973) *El miedo a la libertad*. Barcelona: Paidós.
- Fromm, E. (2003), *La fé en el hombre*. Barcelona: Paidós.
- Gonçalvez Boggio, L. (2008). *El cuerpo en la psicoterapia. Nuevas estrategias clínicas para el abordaje de los síntomas contemporáneos*. Montevideo: Psicolibros Universitario.
- González Ceinos, M. (2007). Reflexión sobre los trastornos de ansiedad en la sociedad occidental. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 23(1)
Recuperado julio 3, 2016 de
<http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252007000100013&lng=es&tlng=es>
- Han, B. (2013). *La sociedad de la Transparencia*. Barcelona: Ed. Herder.
- Han, B. (2014). *La Agonía de Eros*. Barcelona: Herder.

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Le Breton , D. (1995). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva Visión.

Lipovetsky, G (2014) Entrevistas disponibles en: <<http://www.lanacion.com.ar/1691801-gilles-lipovetsky-los-ciudadanos-saben-que-la-politica-es-impotente-frente-al-mercado>>

<<http://www.lanacion.com.ar/1693368-gilles-lipovetsky>>

Lipovetsky, G. (2003). *La era del vacío*. Barcelona: Anagrama.

Lipovetsky, G. (2006). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona: Anagrama.

Lipovetsky, G.(2004). *El imperio de lo efímero*. Barcelona: Anagrama.

Lipovetsky, G. (2007). *La felicidad paradójica: ensayo sobre la sociedad de hiperconsumo*. Barcelona: Anagrama.

López-Ibor J J, Valdés M. (ed.). (2002). *DMS-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: Masson.

Marks, M. I. (1991). *Miedos, fobias y rituales: Los mecanismos de la ansiedad*. Barcelona: Martínez Roca.

Najmanovich, D. (2001). Pensar la subjetividad: complejidad, vínculos y emergencias. Utopía y praxis latinoamericana: *Revista internacional de filosofía iberoamericana y teoría social*, (14), 106-111.

OMS (2016). *La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400 %*. Recuperado de <<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/es/>>

OMS. CIE 10: (1992). *Trastornos mentales y del comportamiento. Descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico*. Madrid: Meditor.

Hipermodernidad :la ansiedad como una de sus manifestaciones psicosociales.

Pichot, P. (coord.). (1995). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*.

Recuperado de <<https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/manual-diagn3b3stico-y-estadc3adstico-de-los-trastornos-mentales-dsm-iv.pdf>>

Puchol, D. (2003). Los trastornos de ansiedad: la epidemia silenciosa del siglo XXI.

Revista Psicología Científica.com, 5(3). Recuperado de: <<http://www.psicologiacientifica.com/trastornos-de-ansiedad-epidemia>>

Sampieri, R. H., Collado, C. F., y Lucio, P. B (2010). *Metodología de la Investigación*.

México, México DF: McGraw-Hill.

Sheehan, D. V. (1982). Panic attacks and phobias. *New England Journal of Medicine*,

307, pp.156-158.

Sibilia, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*, (1.^a ed.). Buenos Aires: Fondo de

Cultura Económica.

Sierra, J. C., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres

conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1), pp. 10-59.

Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Currents trends in theory and research*. New York:

Academic Press.

Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de*

investigación. Barcelona: Paidós.

Trujano Ruiz, P.; Quesada V. (2015). Intoxicación, Angustia, Ansiedad y Web

Semántica. *Razón y Palabra*, 19(92). Recuperado de:

<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199543036056>>