



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Universidad de la República

Facultad de Psicología

Trabajo final de Grado

Modalidad: Ensayo académico

EL SUPERYÓ EN LA ERA DE LAS REDES SOCIALES

Una lectura psicoanalítica de la angustia contemporánea.

Sofia Beiro Alzugaray.

CI: 5.153.059-9

Docente Tutora: Prof. Agda. Mag. Magdalena Filgueira Emeric

Docente Revisora: Prof. Tit. Dra. Susana Martínez

Montevideo, Uruguay

Diciembre, 2025

ÍNDICE

RESUMEN	2
INTRODUCCIÓN	3
PRIMERA PARTE	4
El Superyó según Freud	4
Desarrollo psicosexual y formación del Superyó	7
Conciencia moral, Ideal del Yo y Superyó cultural	9
La teoría freudiana de la angustia	10
Aportes post-freudianos	10
Transformaciones históricas del Superyó	12
El sueño como vía regia al inconsciente	13
SEGUNDA PARTE	15
Las redes sociales	15
Los algoritmos	16
Redes sociales y construcción de subjetividad	17
DESARROLLO	19
REFLEXIONES FINALES	31
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	34

RESUMEN

El presente Trabajo Final de Grado constituye el cierre de un proceso de formación académica en la Facultad de Psicología, Universidad de la República. Mediante este ensayo, se busca abordar cómo la noción clásica de superyó formulada por Freud, se reactualiza en la era de las redes sociales, pudiendo dar lugar a nuevas modalidades de angustia en los sujetos. La hipótesis central sostiene que, lejos de debilitarse en la actualidad, el superyó se ve reforzado por las dinámicas propias de las redes sociales, acentuando sus rasgos más exigentes y punitivos. Para desarrollar esta propuesta, se realiza un recorrido que parte del psicoanálisis freudiano y de su concepción del superyó. A partir de allí, se establecen diálogos con algunas de las reformulaciones de Melanie Klein, Donald Winnicott y Jacques Lacan, así como con lecturas contemporáneas que permiten pensar al superyó no como una instancia fija, sino como una construcción histórica y cambiante. Finalmente, se incorpora evidencia empírica que subraya la pertinencia de este trabajo en el contexto actual.

Palabras clave: superyó, angustia, redes sociales

INTRODUCCIÓN

No hay duda de que actualmente, las redes sociales ocupan un lugar central en la vida cotidiana y en las formas de vinculación de las personas. Estas plataformas han transformado la manera en que los sujetos se relacionan, se muestran y construyen su identidad, generando nuevos modos de interacción con la mirada del otro y con los ideales de éxito, belleza y felicidad que circulan socialmente. Estas transformaciones también pueden producir nuevas formas de malestar, que se pueden pensar desde una perspectiva psicoanalítica como expresiones contemporáneas del superyó.

En este marco, el presente Trabajo Final de Grado busca abordar cómo la noción clásica de superyó formulada por Freud, se reactualiza en la era de las redes sociales, pudiendo dar lugar a nuevas modalidades de angustia en los sujetos, angustia que puede verse manifestada mediante diferentes síntomas. La hipótesis central sostiene que, lejos de debilitarse en la actualidad, el superyó se ve reforzado por las dinámicas propias de las redes, acentuando sus rasgos más exigentes y punitivos.

La elección de la temática responde a un interés personal que surgió casi al comienzo de mi trayectoria universitaria y que fue profundizándose con el paso de los años. Desde mis primeras aproximaciones al psicoanálisis me interesó especialmente la potencia que tiene esta teoría para leer fenómenos contemporáneos. En ese sentido, este trabajo busca poner en diálogo una noción clásica con un fenómeno actual y en permanente transformación como lo son las redes sociales.

Asimismo, considero que este cruce entre lo teórico y lo contemporáneo resulta relevante para la práctica clínica, ya que permite problematizar nuevas formas de exigencia, culpa y angustia que emergen en la vida cotidiana de muchas personas, y que se expresan en los espacios virtuales tanto como en la consulta.

Además, el fenómeno de las redes sociales se encuentra en constante auge, constantemente surgen nuevas plataformas, modos de interacción y tendencias que reconfiguran continuamente la manera en que los sujetos se vinculan y se perciben a sí mismos. Esto confirma la vigencia y la pertinencia de abordar el tema, evidenciando que las transformaciones tecnológicas no solo modifican los vínculos sociales, sino también las formas de subjetivación y los modos en que se expresa el malestar contemporáneo.

MARCO TEÓRICO

PRIMERA PARTE

El Superyó según Freud

En *La interpretación de los sueños* (1900), Freud formula por primera vez una concepción tópica del aparato psíquico, distinguiendo entre inconsciente, preconsciente y consciente. Este modelo inaugura la primera tópica freudiana, subrayando el papel de la represión como mecanismo fundamental. Más adelante, en *La represión* (1915), Freud profundiza esta idea y explica que “La pulsión es sofocada por completo, de suerte que nada se descubre de ella, o sale a la luz como un afecto coloreado cualitativamente de algún modo, o se muda en angustia.” (p. 148)

Es en la segunda tópica, con una complejidad nueva de la formulación de la estructura de la personalidad, donde el concepto de Superyó adquiere mayor forma y definición. En esta teoría, expuesta en *El Yo y el Ello* (1923), establece una “...división tópica o estructural de la psique basada en algo más que la función, una división en partes a las que podía atribuírsele ciertas características y modos de operación diferentes” (p. 5). Esta división comprende las instancias del Ello, el Yo y el Superyó.

El Ello constituye la instancia más primitiva del aparato psíquico. Está conformado por pulsiones, deseos e impulsos inconscientes que operan bajo el principio del placer, orientados hacia la búsqueda inmediata de satisfacción. Freud (1914-1916) define la pulsión como “un concepto fronterizo entre lo anímico y lo somático, como un representante psíquico de los estímulos que provienen del interior del cuerpo y alcanzan el alma” (p. 117). Posteriormente, en *El yo y el ello* (1923), retoma esta definición para situar la pulsión en la dinámica estructural del aparato psíquico, en tensión constante con el Yo y bajo la regulación del Superyó.

El Yo, por su parte, se desarrolla a partir del Ello como una instancia mediadora. Su función es articular las exigencias pulsionales del Ello con las restricciones impuestas por el Superyó y las exigencias del mundo externo. De este modo, el Yo se rige principalmente por el principio de realidad y cumple un papel adaptativo y regulador en la vida psíquica (1923).

Finalmente, el Superyó es una instancia normativa y crítica que internaliza las prohibiciones, normas y valores transmitidos inicialmente por las figuras parentales (1923), pero también por lo social y lo cultural. Se puede entender como un juez interno que sanciona las

acciones y pensamientos del Yo, pudiendo generar sentimientos de culpa, vergüenza o angustia moral cuando este no alcanza los ideales exigidos.

Laplanche y Pontalis (1996) destacan la complejidad del Superyó al señalar que "...dentro de una instancia como el superyó, se encuentran exigencias diversas, conflictuales, heteroclitas. Asimismo el ideal del yo se forma por identificaciones con los ideales culturales, que no siempre se hallan en armonía entre sí" (p. 187)

Aquí resulta clave el concepto de masoquismo moral, introducido en El problema económico del masoquismo (1924). En este, Freud distingue entre tres formas de masoquismo: erógeno, femenino y moral, siendo el último central para entender la dimensión punitiva del superyó. El masoquismo moral se expresa en la necesidad inconsciente de padecimiento y culpa, como efecto de la interiorización de la agresividad de la instancia crítica, pero la describe como un goce en el padecimiento, no necesariamente ligada a quien lo infringe. Freud (1924) dice:

"El padecer como tal es lo que importa; no interesa que lo inflija la persona amada o una indiferente; así sea causado por poderes o circunstancias impersonales, el verdadero masoquista ofrece su mejilla toda vez que se presenta la oportunidad de recibir una bofetada" (p. 171).

Para comprender en mayor profundidad cómo opera el Superyó, resulta interesante su articulación con la metapsicología freudiana. Como señalan Laplanche y Pontalis (1996), Freud desarrolló la metapsicología para dar cuenta de los procesos psíquicos desde tres puntos de vista complementarios. En Lo inconsciente (1915/1992), Freud afirma:

"Reparamos en que poco a poco hemos ido delineando, en la exposición de ciertos fenómenos psíquicos, un tercer punto de vista además del dinámico y del tópico, a saber, el económico, que aspira a perseguir los destinos de las magnitudes de excitación y a obtener una estimación por lo menos relativa de ellos. (...) Propongo que cuando consigamos describir un proceso psíquico en sus aspectos dinámicos, tópicos y económicos eso se llame una exposición metapsicológica" (p. 178).

Así, Freud distingue tres enfoques: el tópico, que localiza los procesos en sistemas o instancias psíquicas, el dinámico, que da cuenta del conflicto entre representaciones reprimidas, y el económico, que se interesa por la circulación, magnitud y destino de la energía libidinal. Esta triple perspectiva constituye el núcleo de la metapsicología, ya que permite articular espacio psíquico, conflicto y cantidad de energía en una misma explicación.

En la misma línea, Freud desarrolla el concepto de investidura y contrainvestidura como claves para entender la represión. Señala que, en la represión primordial, el aparato psíquico requiere un mecanismo que garantice su eficacia y permanencia:

“...sólo podemos hallarlo en el supuesto de una contrainvestidura mediante la cual el sistema Pcc se protege contra el asedio de la representación inconciente. (...) La contrainvestidura es el único mecanismo de la represión primordial; en la represión propiamente dicha (...) se suma la sustracción de la investidura precc” (Freud, 1915/1916, pp. 178).

De este modo, la represión no consiste únicamente en “expulsar” un contenido, sino en mantenerlo fuera de la conciencia mediante una energía psíquica constante que opera como defensa. En términos metapsicológicos, la represión se sostiene dinámicamente en el conflicto entre lo reprimido y las fuerzas represoras, tópicamente en la separación de sistemas, y económicamente en el gasto energético que implica la contrainvestidura.

Freud también articula esta concepción con la teoría de las representaciones, diferenciando entre representación-cosa y representación-palabra. Mientras que la primera está ligada a huellas mnémicas y a los procesos primarios, la segunda permite el acceso a la conciencia a través del lenguaje. Freud (1915-1916) lo formula del siguiente modo:

“La representación consciente abarca la representación-cosa más la correspondiente representación-palabra, y la inconciente es la representación-cosa sola. El sistema lcc contiene las investiduras de cosa de los objetos, (...) el sistema Pcc nace cuando esa representación-cosa es sobreinvertida por el enlace con las representaciones-palabra que le corresponden” (p. 198).

Esto implica que lo reprimido no desaparece, sino que permanece fijado en el inconciente como representación-cosa, desligada de las palabras. En consecuencia, lo rechazado retorna en forma de imágenes, afectos o sensaciones, pero sin posibilidad de ser traducido a un discurso consciente. Esta distinción es importante para entender tanto la formación de síntomas como la manifestación de la angustia. Aquello que no puede ser dicho retorna en lo no simbolizado.

A estos, Freud añade un concepto fundamental, el de realidad psíquica. Este término refiere a la especificidad del mundo interno, donde los deseos, fantasías y representaciones inconscientes tienen la misma eficacia que los hechos externos “reales”. Para el inconciente no hay diferencia entre una vivencia efectivamente ocurrida y una fantasía, ambas constituyen la verdad psíquica del sujeto. Este concepto resulta central para

comprender fenómenos como el síntoma, la angustia o el sentimiento de culpa, que no dependen directamente de la realidad material sino de la forma en que ésta es inscrita y eventualmente simbolizada en el aparato psíquico.

Laplanche y Pontalis (1996) destacan que “...la realidad psíquica constituye una forma de existencia particular que es imposible confundir con la realidad material” (p. 139). En su Diccionario de Psicoanálisis definen el término como “utilizado frecuentemente por Freud para designar lo que, en el psiquismo del sujeto, presenta una coherencia y una resistencia comparables a las de la realidad material; se trata fundamentalmente del deseo inconsciente y de las fantasías con él relacionadas” (p. 352).

Desarrollo psicosexual y formación del Superyó

El complejo de Edipo es central en la teoría freudiana del desarrollo psicosexual. A lo largo de las etapas que establece (oral, anal, fálica, latencia y genital) se configuran las primeras fijaciones y conflictos que dejan huellas en la constitución subjetiva. El complejo de Edipo ha sido definido por Laplanche y Pontalis (1967/1996) como:

“Conjunto organizado de deseos amorosos y hostiles que el niño experimenta respecto a sus padres. En su forma llamada positiva, el complejo se presenta como en la historia de Edipo Rey: deseo de muerte del rival que es el personaje del mismo sexo y deseo sexual hacia el personaje del sexo opuesto. En su forma negativa, se presenta a la inversa: amor hacia el progenitor del mismo sexo y odio y celos hacia el progenitor del sexo opuesto. De hecho, estas dos formas se encuentran, en diferentes grados, en la forma llamada completa del complejo de Edipo” (p. 61).

Esta formulación subraya el carácter estructurante del Edipo, que constituye un momento central en la organización de la vida pulsional y en la génesis de las instancias psíquicas, especialmente el superyó. Este ocupa un lugar fundamental ya que su sepultamiento marca el pasaje al periodo de latencia y permite las identificaciones que conforman las bases fundamentales del Superyó.

En *Inhibición, síntoma y angustia* (1926/1992), Freud reformula su concepción de la angustia y muestra cómo los conflictos edípicos no resueltos pueden reaparecer en la vida adulta bajo la forma de síntoma o inhibición. Describe a aquellos sujetos que, al fracasar en sus intentos defensivos, parecen “triunfar al fracasar”, ya que la renuncia pulsional no elimina el conflicto sino que lo desplaza hacia la formación sintomática. En sus palabras: “...el resultado de este proceso, que se aproxima cada vez más al total fracaso del afán defensivo inicial, es un yo extremadamente limitado que se ve obligado a buscar sus

satisfacciones en los síntomas” (p. 112). De este modo, el complejo de Edipo no solo da origen al superyó como heredero de las identificaciones parentales, sino que también determina la forma en que va a ejercer presión sobre el yo, reforzando la tensión entre las exigencias normativas y los deseos pulsionales.

Sin embargo, la formación del superyó no se limita a la instancia edípica. Freud (1930/1992) subraya que también incorpora exigencias culturales y colectivas, no siempre coherentes entre sí. Esta dimensión cultural le da al Superyó un carácter heterogéneo y, con frecuencia contradictorio. En *El malestar en la cultura* define al sentimiento de culpa como “...el problema más importante del desarrollo cultural” (p. 130). Esto se explica porque la cultura, en tanto proceso de regulación de los vínculos humanos, no solo limita las pulsiones mediante prohibiciones externas, sino que las interioriza bajo la forma del superyó. De esta manera, “...la cultura obedece a una impulsión erótica interior, que ordena a los seres humanos unirse en una masa estrechamente atada...” pero “...sólo puede alcanzar esta meta por la vía de un refuerzo siempre creciente del sentimiento de culpa” (p. 128). Así se puede decir que el superyó cultural amplifica las exigencias normativas, establece ideales rígidos y sanciona su incumplimiento con sentimientos de culpa.

Entonces en 1930 Freud amplía su concepción del superyó al plano colectivo, planteando que existe un superyó cultural que opera de manera semejante al individual. En sus palabras:

“... el superyó de la cultura, en un todo como el del individuo, plantea severas exigencias ideales cuyo incumplimiento es castigado mediante una “angustia de la conciencia moral”” (p. 137) .

De esta manera, la cultura no solo limita las satisfacciones pulsionales, sino que también instala ideales colectivos que intensifican el sentimiento de culpa y la vigilancia interna. Freud (1930) subraya incluso la crueldad de esta instancia al afirmar que el superyó “se comporta con severidad y desconfianza tanto mayores cuanto más virtuoso es el individuo...” (p. 121).

En lecturas contemporáneas, se ha señalado que el superyó no debe pensarse únicamente como una prohibición abstracta, sino también como una instancia marcada por la crueldad y el sadismo. Como sostiene Gaione (2009):

“El encuentro con el otro, las marcas que el otro deja en el psiquismo, pasan a ser determinantes para definir el monto de sadismo del superyó” (p. 131).

Este énfasis en la relación con el otro señala que el superyó se nutre tanto de identificaciones tempranas como de exigencias culturales y sociales, reforzando su carácter persecutorio.

Conciencia moral, Ideal del Yo y Superyó cultural

Freud (1923) distingue dos componentes fundamentales dentro del Superyó, la conciencia moral y el Ideal del Yo. La conciencia moral constituye la función crítica que se manifiesta en forma de reproches internos, sentimientos de vergüenza o culpa ante la percepción de haber transgredido normas internalizadas. Según Freud, “el sentimiento de culpa normal, consciente (conciencia moral), no ofrece dificultades a la interpretación; descansa en la tensión entre el yo y el ideal del yo, y es la expresión de una condena del yo por su instancia crítica” (p. 51)

El Ideal del Yo, en cambio, se configura como un modelo aspiracional que reúne las cualidades que el sujeto desea alcanzar y que valora en los otros. Este Ideal, inicialmente ligado a las identificaciones parentales, puede transformarse en la adultez en función de los valores culturales dominantes. Freud lo describe como “la herencia del complejo de Edipo y, así, expresión de las más potentes mociones y los más importantes destinos libidinales del ello” (p. 37).

Ambos componentes coexisten dentro del Superyó y, en ocasiones, entran en tensión. Esta conflictividad explica la severidad con que el Superyó puede actuar sobre el Yo, intensificando los sentimientos de insuficiencia y malestar, incluso en sujetos que se esfuerzan por ajustarse a los ideales establecidos.

La teoría freudiana de la angustia

La noción de angustia tiene diversos momentos en la obra de Freud. En la sexualidad en la etiología de las neurosis (1898), plantea que “la angustia es, en general, libido desviada de su empleo [normal]” (p. 262). Posteriormente, como vimos, en sus escritos metapsicológicos, y en particular en La represión (1915), Freud sitúa a la angustia como uno de los destinos posibles de la pulsión reprimida. Finalmente, en Inhibición, síntoma y angustia (1926), Freud revisa su posición y plantea un giro en su concepción, al afirmar que “...la angustia crea la represión y no —como yo opinaba antes— la represión a la angustia” (p. 104). Con esto, la angustia deja de pensarse únicamente como un efecto económico de la libido, para entenderse como una señal del Yo frente a un peligro, tanto externo como interno.

También en *Inhibición, síntoma y angustia* (1926), Freud distingue cinco tipos de angustia:

1. Angustia realista, frente a un peligro externo.
2. Angustia neurótica, frente a la amenaza de la pulsión.
3. Angustia de castración, vinculada al complejo de Edipo.
4. Angustia de separación o pérdida de objeto, central en la infancia temprana.
5. Angustia frente al Superyó, también llamada angustia moral o de conciencia.

En esta última, el Yo, al no poder cumplir con las exigencias del Superyó, experimenta sentimientos de culpa y autoacusación, incluso cuando no hay un acto objetivo que lo justifique.

Aportes post-freudianos

El concepto de Superyó fue retomado por diversas corrientes psicoanalíticas. Por un lado, Melanie Klein planteó que se constituiría de manera mucho más temprana de lo que Freud había supuesto. Según la autora, las fantasías inconscientes de persecución y destrucción del objeto originarían un Superyó temprano, persecutorio y extremadamente cruel, que se inscribiría entonces en la posición esquizoparanoide y en la posición depresiva. Klein sostiene:

“El conflicto de Edipo y el superyó aparecen, creo, bajo la supremacía de los impulsos pregenitales, y los objetos que han sido introyectados en la fase oral sádica —las primeras catexias de objetos e identificaciones— forman los comienzos del temprano superyó. Además, lo que origina la formación del superyó y gobierna sus estadios más tempranos son los impulsos destructivos y la ansiedad que éstos despiertan.” (Klein, 1932/1987, *El psicoanálisis de niños*, pp. 142-143).

La propuesta kleiniana introduce así la idea de un Superyó temprano, que se constituye incluso antes de la resolución del complejo de Edipo, y que se manifiesta con una intensidad persecutoria que explicaría ciertas formas de angustia infantil.

Por otro lado, Donald Winnicott introduce un nuevo enfoque al destacar que la constitución subjetiva requiere de un área intermedia de experiencia, distinta de la realidad interna y de la externa. En la introducción a *Realidad y juego*, el traductor Florcal Mazía señala que el descubrimiento de Winnicott no debe reducirse al objeto mismo, sino al campo intermedio de experiencia que inaugura:

“...en él [Winnicott] describe un tipo de objeto que, si bien no escapaba a la observación de las madres, nunca había recibido hasta entonces ni designación ni lugar en la literatura psicoanalítica. El autor —en este caso podríamos hablar del inventor— lo denomina objeto transicional... orienta toda su demostración hacia la existencia de un tercer área, la cual asegura una transición entre el yo y el no-yo, la pérdida y la presencia, el niño y su madre, y que subraya finalmente que el objeto transicional no es más que el signo tangible de este campo de experiencia” (Mazía, en Winnicott, 1971/2003, p. 3).

De este modo, Winnicott subraya que no se trata de un objeto en sí mismo, sino del espacio transicional. En esa zona intermedia se juega la paradoja entre ilusión y desilusión, donde la madre cumple un rol decisivo. La “madre suficientemente buena” se adapta casi totalmente a las necesidades del bebé y, progresivamente, introduce pequeñas fallas que permiten que éste pueda ir diferenciándose. En este marco Winnicott destaca: “En el juego, y solo en él, pueden el niño o el adulto crear y usar toda la personalidad, y el individuo descubre su persona solo cuando se muestra creador” (Winnicott, 1971/2003, p. 80). Para él el superyó temprano no es el que emerge en el Edipo, sino la internalización de la figura materna con sus aspectos de sostén, pero también persecutorios y sádicos. Desde esta perspectiva, el origen del superyó se produciría en la dependencia y en la ambivalencia del vínculo primario.

La distinción entre verdadero self y falso self trabajada por Winnicott también resulta relevante para este trabajo. El primero sólo puede aparecer cuando el ambiente facilita la espontaneidad, mientras que el segundo aparece como una defensa frente a la falla ambiental. El falso self, si bien asegura la continuidad del individuo, aparece como una organización defensiva que oculta e inhibe la expresión genuina. Winnicott (1960/1981) plantea que el falso self cumple una función defensiva que “...consiste en ocultar y proteger al ser verdadero, sea cual fuere éste” (p. 172). De este modo, cuando el ambiente no facilita la emergencia del self verdadero, el sujeto se ve forzado a sostener una adaptación que restringe la creatividad y conduce a diversas formas de inhibición.

En suma, Winnicott amplía el legado freudiano al mostrar que la constitución subjetiva no dependería solo de las pulsiones y de las prohibiciones edípicas, sino también del sostén ambiental, de la paradoja del espacio transicional y de la tensión entre verdadero y falso self. Sus aportes permiten comprender que la subjetividad se constituye en un entramado donde lo normativo se origina de forma temprana en la relación con la madre, y donde las fallas ambientales pueden convertirse en inhibiciones y defensas que van a marcar la vida psíquica posterior. Desde esta perspectiva, los planteos de Winnicott pueden articularse con

la hipótesis de Klein del superyó temprano, en tanto muestran que las primeras experiencias de dependencia y ambivalencia dejan huellas normativas en la vida psíquica.

Por su parte, Jacques Lacan también reformula la concepción freudiana del Superyó. En el Seminario 7: La ética del psicoanálisis (1959-1960), sostiene que el Superyó no se limita a prohibir, sino que impone un mandato paradójico, el imperativo de gozar.

Como vimos, en *El malestar en la cultura* (1930), Freud sostiene que lejos de calmarse con la obediencia, el superyó se vuelve más cruel y exigente cuanto más se le sacrifican las pulsiones. Lacan (1959-1960) retoma esta formulación y la vincula con la noción de goce. Para él, el superyó no sólo prohíbe, sino que ordena al sujeto a gozar. En este sentido, el superyó aparece como una instancia excesiva que, en lugar de limitar al sujeto, lo confronta con una exigencia imposible de satisfacer, lo que conduce inevitablemente a la angustia y al sufrimiento.

En esta línea, Muñoz (2022) destaca que el término goce en Lacan no funciona como un concepto acabado, sino como una noción atravesada por paradojas, diferente del deseo: “Esta noción de la que hablo será el otro polo de nuestro discurso de hoy. Se llama el goce” (Lacan, 1957-1958/1999, como se cita en Muñoz, 2022, p. 370).

Transformaciones históricas del Superyó

Resulta relevante destacar que diversos autores contemporáneos han señalado que los mandatos del superyó no son estáticos, sino que se transforman en función de los contextos históricos y culturales. Jorge Alemán (2023), en una entrevista con la Revista Contexto y Acción (CTXT) sostiene:

“El contenido del mandato superyoico se transforma históricamente. Y en el neoliberalismo se convierte en un mandato de rendimiento por el cual el sujeto se maximiza cada vez más y goza acumulando valor para sí mismo, pero finalmente acaba sintiendo que no vale nada, nunca se encuentra satisfecho, reconocido o contento con lo que hace.”

Desde su perspectiva, “El superyó hoy no ha desaparecido, como a veces se dice muy ingenuamente, sino que vehicula nuevos mandatos.”

En esta misma línea, Bleichmar (2003) enfatiza que la subjetividad no se constituye en un vacío, sino en diálogo permanente con los discursos vigentes y con las formas de organización social que marcan cada época. La autora afirma que “...gran parte de los seres humanos que vemos son distintos a los de la época de Freud, a los historiales

clásicos de Klein, y distintos a muchos de los pacientes de Lacan.” (P. 2) y que “La producción de subjetividad hace al modo en el cual las sociedades determinan las formas con la cual se constituyen sujetos plausibles de integrarse a sistemas que le otorgan un lugar.” (P.3).

En conjunto, las perspectivas de Alemán y Bleichmar permiten comprender que el superyó no constituye una instancia fija e inmutable, sino una formación que se transforma en función de lo histórico y lo social.

El sueño como vía regia al inconsciente

En La interpretación de los sueños (1900/1992), Freud sostiene que “el sueño es un cumplimiento de deseo” (p. 139). Con esto introduce la noción de que los sueños permiten acceder, aunque de manera disfrazada, a deseos reprimidos que hallan en la vida onírica una vía de expresión. Posteriormente, en la segunda edición de la obra, Freud refuerza este planteo al definir que “el sueño es la vía regia para el conocimiento de lo inconsciente en la vida anímica” (p. 597). De esta manera, el sueño se convierte en un fenómeno privilegiado para el estudio de los procesos psíquicos inconscientes, al mismo tiempo que sitúa a la represión como un mecanismo central en la constitución del contenido onírico.

Este carácter de cumplimiento no siempre es evidente en el contenido manifiesto del sueño, ya que los pensamientos oníricos latentes sufren un proceso de transformación al pasar por el trabajo del sueño. Allí Freud distingue tres mecanismos principales: la condensación, el desplazamiento y la figurabilidad.

La condensación consiste en la superposición de múltiples elementos en una sola imagen del sueño, de modo que el contenido manifiesto aparece más breve que el material latente. Freud (1990-1992) señala que “en la formación de los sueños el trabajo de condensación no se sirve de un medio único sino de varios” (p. 299). Así, un mismo personaje puede condensar rasgos de varias personas, o una palabra puede agrupar asociaciones diferentes. La condensación asegura que varios pensamientos se expresen en un solo elemento, multiplicando el sentido de las imágenes oníricas.

El desplazamiento, por su parte, implica un corrimiento de la intensidad afectiva hacia elementos secundarios o aparentemente insignificantes. Freud (1900-1992) dice que “el desplazamiento y la condensación oníricos son los dos maestros artesanos a cuya actividad podemos atribuir principalmente la configuración del sueño” (p. 313). Gracias a este mecanismo, aquello que en los pensamientos latentes resulta esencial puede aparecer en el

sueño desplazado hacia un detalle banal, garantizando que el deseo inconsciente no se manifieste de manera directa.

Por último, la figurabilidad remite a la necesidad de traducir los pensamientos abstractos en imágenes visuales. Freud explica que “el afán de condensación del trabajo del sueño viene en ayuda de la figuración de la relación de semejanza” (p. 325). Es decir, los nexos lógicos y verbales propios de la vigilia son sustituidos por representaciones visuales, metáforas o escenas que condensan esos pensamientos en forma de imágenes.

Estos tres mecanismos trabajan en conjunto para dar lugar al contenido manifiesto del sueño. A través de ellos, los deseos inconscientes encuentran una vía de expresión deformada que los protege de la censura, a la vez que revelan la lógica del proceso primario, condensar significados, desplazar intensidades y traducir pensamientos en imágenes.

Por otro lado, Freud destaca que hay sueños en los que el afecto predominante es la angustia y no el placer, lo que parecería contradictorio con la idea del “sueño como cumplimiento de deseo” (P. 139). Llama a estos sueños, “sueños de angustia” (1900) y los considera una excepción, en la que el cumplimiento de deseo no desaparece sino que fracasa parcialmente.

Freud explica que la angustia surge porque ese deseo es demasiado intenso o inaceptable para el yo, y por eso el trabajo del sueño (que debería transformar el deseo inconsciente en algo tolerable para el sujeto) fracasa o queda incompleto. Es decir, el sueño de angustia no deja de ser una realización de deseo, pero el afecto placentero se transforma en displacer debido a la acción de la censura y la represión. En sus palabras:

“La angustia en los sueños puede ser psiconeurótica, nacida de excitaciones psicosexuales, correspondiendo la angustia a libido reprimida. Entonces, esa angustia y todo el sueño de angustia tienen la intencionalidad de un síntoma neurótico, y estamos en el límite donde fracasa la tendencia del sueño a cumplir un deseo.” (Freud, 1900/1992, p. 248)

Freud agrega que la función del trabajo del sueño tiene como fin “preservar al sujeto del desarrollo de angustia o de otras formas de afecto penoso” (p. 275). Por eso, cuando la censura es “avasallada por completo o en parte” (p. 275), el sueño ya no puede proteger el dormir, y el sujeto se despierta.

De esta manera, podemos decir que el sueño de angustia se asemeja al síntoma neurótico, ya que ambos representan una formación de compromiso entre el deseo y la defensa en la que lo reprimido retorna, pero de una forma disfrazada o dolorosa. Como indica Freud (1926):

“Discernimos desde ya que el sueño está edificado como un síntoma neurótico: es una formación de compromiso entre la exigencia de una moción pulsional reprimida y la resistencia de un poder censurador situado en el interior del yo. Teniendo, pues, su misma génesis, es tan incomprensible como el síntoma y ha menester de interpretación lo mismo que este” (p. 42).

SEGUNDA PARTE

Las redes sociales

Las redes sociales digitales han sido definidas de múltiples maneras según los enfoques disciplinarios. Celaya, citado por González Sánchez (2011), las describe como “...lugares en internet donde las personas pueden publicar y compartir todo tipo de información...” (p. 2). Este primer acercamiento enfatiza su función comunicativa y de intercambio de información entre usuarios.

Van Dijck (2016), por su parte, propone comprenderlas como “conjuntos sociotecnológicos”, en los que se articulan simultáneamente dinámicas humanas y técnicas. Según la autora, “los conjuntos sociotecnológicos por sí solos no explican las relaciones de poder indispensables para su desarrollo...” (p. 33). Así, su mirada subraya que el funcionamiento de las plataformas no depende únicamente de la interacción entre usuarios, sino también de algoritmos, estructuras empresariales y dinámicas organizacionales que determinan cómo circula la información y qué contenidos se visibilizan.

En esta línea, Castells (2000) introduce el concepto de “sociedad red” para referirse a un nuevo tipo de organización social en el que la pertenencia y el valor no se miden por los espacios físicos, sino por la capacidad de insertarse en flujos globales de información y comunicación. Según el autor, “la presencia o ausencia en la red y la dinámica de cada una frente al resto son fuentes cruciales de dominio y cambio en nuestra sociedad: una sociedad que, por lo tanto, puede llamarse con propiedad la sociedad red” (p. 548). Esta formulación anticipa cómo el estar o no estar conectado se convierte en un criterio fundamental de inclusión o exclusión social.

Los algoritmos

En este sentido, las redes sociales no son únicamente escenarios de interacción simbólica, sino también espacios gobernados por mecanismos algorítmicos que determinan visibilidad y reconocimiento. Este rasgo es clave para comprender su impacto en la producción de subjetividad y en la dinámica superyoica. Los algoritmos en redes sociales pueden entenderse como sistemas que siguen pasos o reglas prediseñadas con el fin de organizar la información. Como explica Valenzuela (2024), “la definición típica afirma que un algoritmo sigue una serie de pasos o reglas prediseñados para resolver un problema. Por ejemplo: las plataformas sociales emplean algoritmos basados en IA y aprendizaje automático que les permite clasificar los contenidos en función de su relevancia y del engagement de los usuarios” (p. 186). Suárez Poveda y Del Campo Saltos (2024) advierten que “los algoritmos juegan un rol determinante, al ser responsables de filtrar, organizar y presentar el contenido más relevante para los usuarios” (p. 3). Lejos de ser neutrales, estos sistemas se nutren de múltiples variables: “el algoritmo de una red social utiliza datos como clics, interacciones, tiempo de visualización y comportamientos previos para seleccionar qué contenido mostrar” (p. 7). Si bien este proceso de personalización facilita la interacción, también puede “crear problemas como la polarización y la exclusión de puntos de vista alternativos” (p. 7). Estos autores también destacan que “la segmentación de audiencias [...] puede ser una herramienta poderosa” cuando se orienta a ampliar el diálogo plural, pero su dependencia excesiva implica riesgos, ya que “priorizan contenidos diseñados para maximizar el engagement en detrimento de su calidad informativa” (p. 12). De este modo, los algoritmos se constituyen en mediadores simbólicos que organizan la circulación de sentidos y condicionan el modo en que los sujetos se representan a sí mismos y a los otros en el espacio digital.

Redes sociales y construcción de subjetividad

El papel de las redes sociales en la constitución de la subjetividad ha sido abordado por varios autores. Por ejemplo Sherry Turkle (2011), en *Alone Together*, sostiene que las tecnologías digitales generan una paradoja, los sujetos viven “juntos pero solos”, hiperconectados y expuestos constantemente, pero con vínculos cada vez más frágiles y mediados por pantallas. En este sentido la validación externa se convierte en un factor determinante de la autoimagen. En palabras de la autora:

“Technology is seductive when what it offers meets our human vulnerabilities. And as it turns out, we are very vulnerable indeed. We are lonely but fearful of intimacy. Digital

connections and the sociable robot may offer the illusion of companionship without the demands of friendship” (p. 1).

“La tecnología seduce cuando lo que ofrece satisface nuestras vulnerabilidades humanas. Y, como resulta, somos muy vulnerables. Estamos solos pero le tememos a la intimidad. Las conexiones digitales y el robot sociable pueden ofrecer la ilusión de compañía sin las exigencias de la amistad” (p. 1) [traducción propia].

Por otro lado, Zygmunt Bauman (2000/2003) propone la metáfora de la “modernidad líquida” para dar cuenta de un tiempo caracterizado por la fluidez, la fragilidad de los vínculos y la inestabilidad de las instituciones, en contraste con la solidez y permanencia de la modernidad industrial. Las redes sociales digitales pueden verse como uno de los canales privilegiados de esa liquidez, donde las relaciones pueden establecerse y deshacerse con rapidez, y donde la inmediatez se convierte en lo “normal”.

Byung-Chul Han (2012) introduce la noción de sociedad de rendimiento para dar cuenta de una subjetividad atravesada por la autoexigencia y la autoexplotación. La sociedad de rendimiento “produce depresivos y fracasados” (p. 27), generando “un cansancio y un agotamiento excesivos” (p. 72). Este cansancio, sin embargo, no es compartido, sino que constituye un “cansancio a solas (Alleinmüdigkeit), que aísla y divide” (p. 72). En este contexto, el sujeto actual se constituye como un “empresario” de sí mismo, exigido a exhibir eficiencia, productividad y éxito incluso en la intimidad. En La sociedad de la transparencia Han (2013) sostiene que “la transparencia es un estado en el que se elimina todo no saber. Donde domina la transparencia, no se da ningún espacio para la confianza. En lugar de «la transparencia produce confianza» debería decirse: «la transparencia deshace la confianza»” (p. 9) . Precisamente porque la confianza desaparece, al no dejar lugar a lo desconocido, todo aquello que permanece oculto o no expuesto se vuelve sospechoso.

Silvia Sibilia (2008), en La intimidad como espectáculo, analiza este fenómeno como un proceso de publicitación de lo privado, donde las experiencias íntimas se transforman en contenido para ser compartido y consumido públicamente. Según la autora, “la privatización de los espacios públicos es la otra cara de una creciente publicitación de lo privado, una sacudida capaz de hacer tambalear aquella diferenciación de ámbitos antes fundamental” (p. 27-28).

Ahora, las redes sociales no son simplemente herramientas de comunicación, sino también espacios donde se despliegan mecanismos de control y disciplinamiento. Michel Foucault , en Vigilar y castigar (1975/2002), muestra cómo la modernidad desarrolla “un conjunto de

procedimientos para dividir en zonas, controlar, medir, encauzar a los individuos y hacerlos a la vez “dóviles y útiles” (p. 5) . Este poder disciplinario alcanza su punto máximo en el panoptismo, dispositivo que busca “inducir en el detenido un estado consciente y permanente de visibilidad que asegura el funcionamiento automático del poder” (p. 185) .

En este contexto, las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) intensifican la lógica de la inmediatez. Coll y Monereo (2008) las definen como “las tecnologías creadas por los seres humanos para representar y transmitir información [...] que afectan a prácticamente todos los ámbitos de la actividad de las personas” (p. 22). Castells (2001) agrega que “la información inmediata por todo el globo, mezclada con reportajes en directo del barrio, proporciona una inmediatez temporal sin precedentes a los acontecimientos sociales y las expresiones culturales. [...] Asimismo, la comunicación a través del ordenador hace posible el diálogo en tiempo real, uniendo a la gente en torno a sus intereses, en una charla escrita, interactiva y multilateral” (p. 442).

Desde su surgimiento en los primeros años del siglo XXI (Friendster en 2002, MySpace en 2003, Facebook en 2004, Twitter/X en 2006, Instagram en 2010, TikTok en 2016), las redes sociales han sido definidas como plataformas que permiten a los usuarios crear un perfil, articular conexiones y navegar en las redes de otros (Boyd & Ellison, 2007). Sin embargo, su impacto excede la interacción interpersonal sino que reconfiguran los límites entre lo público y lo privado, convirtiendo experiencias íntimas en contenido compartido. Esta exposición genera nuevas formas de subjetivación, donde el mostrarse deja de ser una elección para convertirse en una condición para el reconocimiento. Entonces la angustia se articula con la mirada del Otro, lo privado, al hacerse público, queda sujeto al juicio inmediato y masivo.

Diversos autores han señalado que lo digital no constituye un universo paralelo, ni sustituyen la realidad, sino que la extienden o la aumentan. Pierre Lévy (1997/2007) define el ciberespacio como “el nuevo medio de comunicación que emerge de la interconexión mundial de los ordenadores (...) no solamente la infraestructura material de la comunicación numérica, sino también el oceánico universo de informaciones que contiene, así como los seres humanos que navegan por él y lo alimentan” (p. 1) Con esto introduce la noción de cibercultura, entendida como el entramado de técnicas, prácticas, actitudes y valores que se desarrollan en el crecimiento de lo digital. Esto se relaciona con la perspectiva de Sherry Turkle (2011), quien en *Alone Together*, como vimos, sostiene que los sujetos viven “juntos pero solos”. En conjunto, Lévy y Turkle permiten pensar lo digital como una realidad extendida: un espacio híbrido que amplifica la vida cotidiana, habilita nuevas oportunidades

de cooperación y expresión, pero que a la vez intensifica tensiones subjetivas ligadas a la exposición, la vigilancia y la exigencia de rendimiento.

DESARROLLO

“Ahora que hemos osado emprender el análisis del yo, a aquellos que, sacudidos en su conciencia ética, clamaban que, a pesar de todo, es preciso que haya en el ser humano una esencia superior, podemos responderles: por cierto que la hay, y es la entidad más alta, el ideal del yo o superyó, la agencia representante de nuestro vínculo parental. Cuando niños pequeños, esas entidades superiores nos eran notorias y familiares, las admirábamos y temíamos; más tarde, las acogimos en el interior de nosotros mismos.”

Sigmund Freud, 1923-1925

En este trabajo, se parte de la hipótesis de que lejos de debilitarse en la actualidad, el superyó se ve reforzado por las dinámicas propias de las redes, acentuando sus rasgos más exigentes y punitivos. En este contexto, las redes sociales funcionarían como escenarios privilegiados donde esto se expresaría en la exigencia de mostrarse, compararse y rendir de manera constante. Se podría decir que estas dinámicas no sólo reproducen la crueldad clásica del superyó, sino que pueden intensificar nuevas modalidades de angustia, representadas en sentimientos de insuficiencia, comparación y autoexigencia en las personas.

Para situar esta hipótesis, es necesario recordar que el psicoanálisis mostró desde sus inicios que el malestar no se reduce a factores externos, sino que se articula con las exigencias internas propias del sujeto pero también de la cultura. Freud advirtió en *El malestar en la cultura* (1930) que el sentimiento de culpa constituye el núcleo más importante del proceso civilizatorio, ya que surge de la interiorización de las prohibiciones sociales en la forma del superyó. Esta instancia no sólo limita la satisfacción pulsional, sino que intensifica la vigilancia sobre el sujeto y refuerza la autoexigencia.

Hoy, en pleno siglo XXI, estas dinámicas adquieren una expresión renovada en el escenario digital. Las redes sociales se han convertido en dispositivos centrales de regulación cultural, donde la mirada del otro se multiplica y se instalan ideales colectivos de éxito, felicidad, belleza y productividad. Se puede inferir que la visibilidad permanente y la necesidad de mostrarse bajo ciertos estándares constituyen nuevas formas de presión subjetiva que

reactualizan el funcionamiento del superyó. En este contexto, es interesante analizar cómo estos imperativos digitales, lejos de reemplazar las categorías psicoanalíticas clásicas, las reconfiguran y ofrecen un nuevo marco para comprender las formas contemporáneas de angustia.

En Uruguay, los datos confirman la importancia y el lugar que ocupan las redes sociales en la vida cotidiana de las personas. Según la Encuesta de Usos de Tecnologías de la Información y la Comunicación (EUTIC, INE, 2023), más del 90% de la población urbana de 14 años o más utiliza internet y, dentro de este grupo, las redes sociales figuran entre los principales usos. Estos indicadores muestran que la presencia digital no constituye una opción secundaria, sino una práctica extendida y casi ineludible. Esta masificación refuerza lo planteado en este trabajo, que el “superyó digital” no opera en un vacío, sino en un contexto donde la exposición y la visibilidad están naturalizadas por la sociedad. El hecho de que la gran mayoría participe cotidianamente en estos entornos explica la fuerza de los mandatos que promueve, que pueden generar angustia y sentimientos de insuficiencia en quienes no logran sostener los estándares impuestos.

Estudios recientes confirman que la relación entre redes sociales y salud mental en adolescentes y jóvenes es un fenómeno clínicamente relevante. En Chile, Gómez Campos et al. (2021) encontraron que el mayor uso de redes sociales se asociaba significativamente con más ansiedad y depresión, aunque no con indicadores de adiposidad corporal, lo que representa la importancia de trabajarlo desde una perspectiva psicológica. A nivel internacional, un estudio realizado por Eddy Ives et al. (2025), mostró que el uso prolongado de pantallas y redes sociales incrementa síntomas de ansiedad, depresión e incluso conductas autolesivas en jóvenes. En Uruguay, el informe Kids Online (UNICEF, 2022) mostró que niños, niñas y adolescentes perciben internet como una fuente de oportunidades, pero también de riesgo, en especial por la dificultad para autorregular el tiempo de conexión y la exposición de la vida privada. Complementariamente, el Informe Panel de Juventudes ENAJ 2018-2022 (INJU, 2023) registró un aumento significativo en la proporción de adolescentes y jóvenes de 16 a 19 años que reportan tristeza, ansiedad o falta de energía en comparación con 2018, lo que evidencia un deterioro en su bienestar psicosocial. Por último, el estudio realizado por la consultora Ágora (2021), confirma la centralidad del acceso a internet y redes sociales en la vida cotidiana de la población uruguaya. Según su encuesta, más de tres de cada cuatro uruguayos mayores de 18 años usan internet diariamente, y el alcance de plataformas como Facebook (68,1%), Instagram (58%) y Twitter (51%) se extiende en las capitales departamentales y en municipios

pequeños. Estos datos muestran que el acceso digital no constituye un fenómeno restringido a ciertos grupos, sino una práctica generalizada y transversal.

El informe Juventudes y redes sociales realizado en Argentina a jóvenes de entre 18 y 35 años (Reyes Filadoro & Enter Comunicación, 2025) mostró que un 31% de los encuestados declaró sufrir ansiedad vinculada al uso de redes, un 20% agotamiento emocional, un 17% problemas de sueño, un 16% baja autoestima y un 14% la comparación constante como el principal efecto negativo. Además, un 55% reconoció haber intentado dejar las redes sin lograrlo y más de la mitad manifestó sentirse saturado y usarlas por más tiempo del que quisiera. Estas cifras confirman que la vivencia de “toxicidad” asociada a las plataformas (frecuentemente descrita como una relación de “amor-odio”) no es una percepción aislada, sino un fenómeno consistente y que tiene un impacto directo en la salud mental de los jóvenes.

También en esta línea, Lupano Perugini y Castro Solano (2023) realizaron un estudio con 420 participantes argentinos con un promedio de edad de 40,3 años, que evidenció que el uso pasivo de redes sociales (es decir, observar publicaciones pero no interactuar) se asocia significativamente con síntomas de malestar psicológico. Los autores muestran que este efecto está mediado por la comparación social ascendente, mecanismo mediante el cual los sujetos tienden a evaluarse en función de pares o figuras percibidas como superiores. Este estudio reafirma la vigencia de la teoría de la comparación social de León Festinger (1954) en la que los individuos se miden a sí mismos en comparación con los demás. Entonces tomando esta investigación y la teoría de Festinger podemos afirmar que las comparaciones (principalmente las ascendentes) intensifican sentimientos de insuficiencia, envidia y ansiedad en los sujetos al evidenciar que el malestar psicológico derivado del uso pasivo de redes sociales, no se explica por el tiempo de conexión en sí, sino por el proceso comparativo que su uso genera. Siguiendo en la línea de la comparación social, un estudio español con 176 adolescentes y jóvenes adultos (17-30 años) halló que la ansiedad y el uso problemático de redes incrementan la comparación social negativa, mientras que la regulación emocional actúa como un factor protector. Además, las mujeres mostraron mayor propensión a compararse con ideales de belleza irreales (Díaz-Moreno, Bonilla & Chamarro, 2023). Estos resultados se conectan con lo planteado por Fardouly et al. (2015), quienes evidenciaron que la exposición a redes sociales intensifica la comparación social y la insatisfacción corporal, particularmente en mujeres jóvenes. Ambos estudios, aunque en diferentes contextos, coinciden en que la dinámica de comparación en redes se convierte en un mecanismo central de malestar

psíquico, especialmente en relación con la imagen corporal y los ideales inalcanzables promovidos digitalmente.

Este malestar proviene, a parte de la presión externa de los pares, de procesos internalizados, como confirman investigaciones recientes. Esto puede pensarse como una acentuación de la severidad del superyó. El estudio Ciberacoso en el espejo: tendencias autodestructivas de los sujetos a través de las redes sociales (Valencia Múnera, 2021) mostró, a partir de 41 casos clínicos de jóvenes y adultos, que el sujeto puede convertirse en su propio “acosador digital”, al victimizarse mediante comparaciones constantes con vidas idealizadas. Estas prácticas generan ansiedad, pensamientos autodestructivos y un sentimiento persistente de vacío, confirmando que la crueldad superyoica puede expresarse como un autoacoso reforzado por las plataformas. Esta investigación concluyó que “...se observa en los sujetos fuertes tendencias autodestructivas, a lo que subyace, al parecer, un debilitamiento Yoico. Ello le impide ver en sí cualidades positivas y tener criterios realistas de lo que ven en sus redes sociales, pues solo se quedan con la imagen o video de las personas, sin tener en cuenta que estas manifestaciones no necesariamente están ligadas a la realidad de los sujetos a quienes siguen.” (P. 110) De manera complementaria, el trabajo La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional (2021) subraya que “A mayor cantidad de tiempo de usos de redes sociales, mayor probabilidad de padecer depresión y ansiedad.” (P. 101), lo cual se encuentra en línea con lo reportado en otros trabajos presentados.

En el contexto de las redes sociales, el fenómeno de la comparación puede tomar un carácter realmente problemático, dado que las representaciones que circulan responden a construcciones parciales y selectivas de la realidad. Los usuarios tienden a exhibir únicamente aquellos aspectos que consideran socialmente valorados o apetecibles, lo que contribuye a configurar una imagen distorsionada de la vida cotidiana y puede intensificar el malestar subjetivo asociado a la comparación.

Antes de continuar, resulta de suma importancia destacar que las redes sociales también habilitan experiencias placenteras y positivas. Como se señaló en el marco teórico, estas plataformas también funcionan como entornos de socialización y de pertenencia, donde los jóvenes pueden encontrar espacios de expresión, creatividad y construcción de identidad. Castells (2000) advertía que, en la “sociedad red”, la inclusión o exclusión social depende en gran medida de la capacidad de insertarse en flujos de comunicación digital, lo que explica por qué las redes se convierten en espacios privilegiados para sostener vínculos y acceder a oportunidades colectivas. También Van Dijck (2016) destaca que las plataformas no son sólo canales de interacción, sino conjuntos sociotecnológicos que configuran nuevas

formas de comunidad y cooperación, permitiendo que los sujetos articulen redes de apoyo más allá de los límites físicos. En muchos casos, esto se traduce en la posibilidad de mantener lazos afectivos a la distancia, compartir intereses comunes y participar en iniciativas colectivas que refuerzan el sentido de pertenencia. Así que aunque constituyen escenarios atravesados por la lógica del superyó y la autoexigencia, no se puede negar que también representan un recurso para la producción simbólica y el reconocimiento social, donde se habilitan procesos de subjetivación que no siempre deben leerse de forma negativa.

En conjunto, se puede decir que la evidencia revisada, desde estudios internacionales y regionales hasta investigaciones locales muestra de manera consistente que el uso intensivo de redes sociales, aunque tiene innegables beneficios, se vincula con múltiples formas de malestar subjetivo y se manifiesta en distintos síntomas como ansiedad, depresión, baja autoestima, problemas de sueño, agotamiento y sensación de saturación. El malestar ya no proviene únicamente de la transgresión de normas tradicionales, sino del sentimiento persistente de no estar a la altura de los ideales de éxito, felicidad y productividad impuestos por las redes sociales y sus métricas algorítmicas. Como vimos en las investigaciones mencionadas, esto se refleja en cómo las personas describen sus experiencias en redes; la necesidad de actualizar su imagen digital constantemente, estar presente en todo momento y sostener narrativas de éxito o felicidad, así como la constante comparación con la vida de los demás.

De este modo, y continuando con la hipótesis de este trabajo, podemos ver que el psicoanálisis permite profundizar en cómo se reconfigura el superyó en la contemporaneidad. El masoquismo moral planteado por Freud, en *El problema económico del masoquismo* (1924/1992), es especialmente relevante para el tema que nos ocupa, ya que supone una satisfacción paradójica en el padecimiento bajo la forma de culpa y necesidad de castigo. En el masoquismo moral, el superyó no responde a una falta real, sino que impone al sujeto una severidad creciente e incluso cruel, generando malestar donde debería haber alivio. Esta formulación ya anticipa que la vida psíquica no se organiza únicamente alrededor de prohibiciones externas, sino también de imperativos internos que intensifican la autoexigencia.

Jacques Lacan (1959-1960/2013), definió al superyó como un imperativo paradójico de goce. Este mandato se reactualiza hoy en las redes sociales en la exigencia de mostrarse, disfrutar y tener éxito, aun tratándose de un ideal imposible de satisfacer constantemente. En esta misma línea, Aguilera Hunt (2025), desde una lectura lacaniana, analiza cómo las redes sociales se convierten en escenarios privilegiados para lo que denomina el goce de la

imagen del yo. Allí, la exposición de la propia imagen no se limita a una estrategia comunicacional, sino que constituye una forma de sostener identidad y de obtener reconocimiento narcisista. Sin embargo, este proceso se encuentra atravesado por la lógica superyoica, cuanto más se exhibe el yo en busca de satisfacción, más se intensifica la sensación de insuficiencia frente a los ideales inalcanzables que circulan en las plataformas.

En el neoliberalismo contemporáneo, esta dinámica se expresa también claramente. Como señala Jorge Alemán (2023), el contenido del mandato superyoico se transforma históricamente y hoy adopta la forma de una exigencia de rendimiento. El sujeto se ve obligado a maximizarse, a producir y a acumular valor constantemente, buscando reconocimiento. Sin embargo, el resultado es el contrario, una insatisfacción constante y la sensación de no valer lo suficiente, incluso en quienes cumplen con estas exigencias. Esta mutación histórica del superyó se refleja en la experiencia de las redes sociales, lo que antes se organizaba en torno a la prohibición, ahora se orienta al imperativo de exposición, goce y productividad sin descanso. En lugar de generar liberación, como se podría creer, esta dinámica produce autoexplotación y angustia, confirmando que los ideales digitales no funcionan únicamente como horizontes de satisfacción, sino también como fuentes de malestar.

Melanie Klein (1932) subraya la existencia de un superyó temprano, ligado a la internalización de la figura materna con aspectos tanto de sostén como persecutorios. A diferencia de Freud, que situaba el origen del superyó en la resolución edípica, la autora muestra que se constituye mucho antes. Esto encuentra un correlato en el contexto digital, donde podría pensarse que el superyó temprano se reactualiza como un superyó algorítmico, una instancia demandante, vigilante y difícil de satisfacer. Así como el niño debía responder a una figura que exigía más allá de sus posibilidades, hoy el sujeto se enfrenta a un Otro digital que hace lo mismo, pero imponiendo criterios de visibilidad, productividad y éxito inalcanzables.

Ahora bien, la manera en que los sujetos responden a estas exigencias no es uniforme, y aquí resultan particularmente útiles los aportes de Donald Winnicott. En El proceso de maduración en el niño (1965/1981) el autor distingue entre verdadero self y falso self; mientras que el primero remite a la espontaneidad y autenticidad del sujeto, el segundo surge como una organización defensiva frente a un ambiente que no ofrece un sostén adecuado. El falso self asegura la adaptación a las demandas externas, pero al costo de inhibir la expresión genuina de la subjetividad. Trasladado al plano digital, puede pensarse que la exposición constante en redes sociales favorece la constitución de un “falso self contemporáneo”, perfiles cuidadosamente elaborados, imágenes retocadas y narrativas de

éxito que garantizan reconocimiento y pertenencia, pero que profundizan la distancia con la experiencia subjetiva más auténtica.

El espacio transicional (1971/2003) ocupa un lugar central en la obra de Winnicott, entendido como una zona intermedia entre la realidad interna y la realidad compartida que posibilita el juego, la creatividad y la simbolización. En la contemporaneidad digital, este espacio aparece ocupado por las plataformas, que convierten el juego y la creación en contenido regulado por métricas de visibilidad.

La dinámica de control que atraviesa la cultura digital puede pensarse también desde la perspectiva foucaultiana. En *Vigilar y castigar* (1975/2002), Michel Foucault mostró que el poder moderno no se ejerce principalmente mediante castigos físicos, sino a través de la instalación de un régimen de visibilidad constante que conduce a los sujetos a vigilarse a sí mismos. El panoptismo ilustra cómo la mera posibilidad de ser observado genera un efecto disciplinador más eficaz que la coacción directa. Trasladado al presente, este principio encuentra en las redes sociales un terreno privilegiado. No hace falta una sanción externa inmediata para moldear la conducta, cada usuario regula sus propias acciones en función de la mirada ajena y de los indicadores de exposición pública. El castigo ya no se materializa en el cuerpo, sino en el plano simbólico, con invisibilidad, pérdida de seguidores, “cancelación” o exclusión de los algoritmos que determinan qué contenidos adquieren visibilidad y cuáles no. En palabras de Foucault (1975/2002), “El castigo ha pasado de un arte de las sensaciones insoportables a una economía de los derechos suspendidos” (p. 13).

Esta lógica panóptica adquiere en la actualidad un soporte técnico: los algoritmos. En la cultura digital, estos sistemas no sólo ordenan la información, sino que actúan como verdaderos dispositivos de regulación simbólica. Al organizar y priorizar los contenidos, determinan qué imágenes, relatos o identidades logran visibilidad y cuáles permanecen relegadas al anonimato. Como advierten Suárez Poveda y Del Campo Saltos (2024), su funcionamiento no es neutral sino que responde a lógicas comerciales y comunicacionales orientadas a maximizar la atención y la interacción. En términos psicoanalíticos, este mecanismo puede leerse como la actualización de la dinámica superyoica. El algoritmo opera como un “vigilante invisible” que exige optimización permanente (publicar más, generar más interacciones, sostener una imagen deseable, exitosa, etc.) y sanciona con la invisibilidad a quienes no cumplen con sus criterios. En la misma línea, Valenzuela et al. (2023) muestran que los algoritmos operan como “editores invisibles” que moldean las prácticas comunicacionales y redefinen las jerarquías de lo visible en las redes sociales. Su

papel no se limita a ordenar los contenidos, sino que condiciona el modo en que los sujetos acceden al reconocimiento y participan en el espacio público digital.

Los efectos subjetivos de esta dinámica se reflejan en prácticas cotidianas: personas que eliminan publicaciones por recibir pocos “me gusta”, influencers que reportan estrés por sostener un flujo continuo de contenido o usuarios que experimentan vergüenza por no alcanzar un número “suficiente” de seguidores. El estudio realizado por Mileros, Norrman y Öberg (2025) confirma este fenómeno. Estos investigadores muestran que los influencers enfrentan una serie de “paradojas” de bienestar, ya que las mismas condiciones que sostienen su éxito (como la producción constante de contenido, la búsqueda de autenticidad y la exposición permanente) terminan siendo fuentes de estrés, angustia y agotamiento. Los autores destacan que, al tener que responder simultáneamente a las demandas de las audiencias y a los criterios algorítmicos, se ven obligados a sostener una imagen pública que muchas veces entra en tensión con su experiencia subjetiva, lo que repercute negativamente en su bienestar emocional.

De esta forma, los algoritmos no deben pensarse solamente como mecanismos técnicos de organización, sino como dispositivos culturales que refuerzan la lógica superyoica contemporánea. Al sancionar con invisibilidad a quienes no cumplen sus exigencias, actualizan el reproche freudiano del superyó cultural y el mandato lacaniano de gozar, pudiendo producir una sensación persistente de insuficiencia, que se manifiesta en angustia.

Este funcionamiento abre paso a otra dimensión clave de la cultura digital: el mandato de visibilidad, donde en muchos casos no basta con participar, sino que se exige mostrarse de manera constante y sostener una imagen “deseable” para garantizar reconocimiento y pertenencia. Como señala Bauman (2007) en su análisis de la modernidad líquida, la identidad ya no es un dato estable, sino una construcción que debe renovarse y validarse de manera continua. En el plano digital, esto se traduce en la necesidad constante de mostrarse y sostener una imagen socialmente reconocida. Por su parte, Byung-Chul Han, en *La sociedad del cansancio* (2012), describe a la contemporaneidad como una “sociedad del rendimiento”, donde el sujeto no sólo se adapta a exigencias externas, sino que se explota a sí mismo en busca de productividad y visibilidad. Por su parte, en *La sociedad de la transparencia* (2013), este mismo autor advierte que lo no expuesto corre el riesgo de volverse irrelevante. Aquello que no se muestra es sospechoso de no existir. En las redes sociales, ambos están presentes. Por un lado, la transparencia se ve claramente en la necesidad de muchas personas de exponer sus vidas constantemente, en la idea de “si no

lo muestro no pasó”; por el otro, la autoexplotación se traduce en la producción constante de contenido, de publicaciones, etc.

Paula Sibilia (2008) denomina este fenómeno la “publicitación de lo privado” (p. 28), donde la intimidad se convierte en espectáculo bajo el mandato de mostrarse. Según la autora, “...esta peculiar combinación del viejo eslogan hágalo usted mismo con el flamante mandato muéstrese como sea está desbordando las fronteras de Internet” (p. 18). Así, la identidad ya no se construye únicamente desde el interior, sino desde la capacidad de ser mostrada, registrada y reconocida públicamente, es decir, por lo que logra exhibir y sostener en la escena digital. Lo paradójico es que el mismo mandato que promete reconocimiento y felicidad termina generando malestar. Muchas veces, cuanto más se muestra el sujeto, más vulnerable queda al escrutinio y a la comparación social, y menos suficiente se percibe frente a los ideales que circulan en el espacio digital.

Las redes sociales también pueden pensarse como un escenario donde lo inconsciente encuentra nuevas formas de expresión. En este sentido, los mecanismos del trabajo del sueño descritos por Freud (1900/1992) ofrecen una clave interpretativa para leer cómo los deseos y conflictos psíquicos se condensan, desplazan y figuran en la vida digital. Se puede pensar las dinámicas de las redes sociales a partir de estos mecanismos, no como una equiparación directa, sino como un paralelismo interpretativo que permita mostrar cómo los deseos y conflictos inconscientes pueden encontrar en vigilia nuevas formas de manifestación en la cultura digital.

Freud describe la condensación como la superposición de múltiples pensamientos en una sola imagen, donde el contenido manifiesto aparece más breve que el material latente (Freud, 1900/1992). En la cultura digital, una única fotografía, “storie” o publicación puede condensar aspiraciones diversas (éxito, pertenencia, atractivo físico, riqueza) convirtiéndose en un signo cargado de significados sociales y afectivos.

El desplazamiento, por su parte, implica un corrimiento de la intensidad afectiva hacia elementos secundarios o aparentemente banales. En las redes sociales, preocupaciones más profundas sobre el reconocimiento o el valor personal se desplazan hacia métricas superficiales como la cantidad de “me gusta”, seguidores, engagement o comentarios, que terminan operando como sustitutos del reconocimiento simbólico.

Por último, la figurabilidad señala la necesidad de traducir pensamientos abstractos en imágenes para que puedan hacerse presentes en el sueño. En el ámbito digital, esta lógica se reactualiza privilegiando lo visual; fotografías, reels o stories condensan y transmiten

afectos e identidades de manera inmediata, reduciendo la mediación simbólica del lenguaje. De la misma forma, los símbolos y emojis (como el “fueguito”, el corazón, el pulgar hacia arriba o las distintas reacciones) pueden pensarse como nuevas formas de figurabilidad digital. Estos signos están cargados de valor afectivo y de significados implícitos, pero su inmediatez y brevedad limitan la elaboración simbólica, condensando en una imagen intensidades emocionales que, en otros contextos, requerirían un desarrollo más complejo a través del lenguaje.

Estos paralelismos sugieren que lo inconsciente, en la actualidad, encuentra una nueva forma de expresión en la vida digital cotidiana, bajo formas condensadas, desplazadas y figuradas que circulan públicamente. La diferencia principal es que, mientras en el sueño estas operaciones permanecen en el ámbito privado de la vida psíquica del soñante, en las redes sociales se vuelven cuantificables y sometidas al escrutinio constante del Otro digital.

Continuando con el sueño, Freud lo definió como “una realización de deseo”, pero como vimos, al mismo tiempo constituye el resultado de un proceso psíquico entre una moción pulsional y las fuerzas de la censura. En la vida onírica, el deseo busca realizarse de manera disfrazada, atravesando los mecanismos del trabajo del sueño, que lo cambian o deforman para hacerlo más tolerable para el sujeto. Teniendo esto en cuenta, se puede pensar a las redes sociales como una nueva escena donde se reactualiza esta lógica. En las redes, el sujeto se presenta frente a los otros mediante imágenes y palabras cuidadosamente seleccionadas. Se podría pensar que lo que se publica en las redes no es necesariamente lo que el sujeto “es”, sino lo que desea ser, la imagen que desea representar de sí mismo para él y para los otros. En esta acción, además de mostrar una versión idealizada del yo, puede haber también una pretensión de comunicar algo al otro, de provocar una respuesta, un reconocimiento o una afectación en quien mira. Así, los afectos, las reacciones y las circunstancias se transforman en material simbólico que produce efectos en los otros y retroalimenta la propia imagen.

La censura, que en el sueño actúa deformando los pensamientos oníricos para evitar la angustia, puede adoptar hoy, por un lado, una censura externa, presente en las reglas implícitas de lo que se puede mostrar, lo que no, en la mirada de los otros, en los algoritmos, etc. y por otro, una censura interna, la del superyó, que traduce esas demandas en imperativos como “tenés que gustar”, “tenés que mostrarte feliz”, “tenés que ser suficiente, exitoso, etc”. Pero, al igual que en el sueño de angustia, este trabajo de transformación puede fracasar. Como vimos, Freud sostiene que la función del trabajo del sueño es “preservar al sujeto del desarrollo de angustia o de otras formas de afecto penoso”, y que cuando la censura es “avasallada por completo o en parte”, el sueño ya no

puede proteger el dormir y el sujeto se despierta (1900/1992, p. 275). En el mundo digital puede ocurrir algo similar, la imagen deja de cumplir su función de sostén cuando el sujeto ya no se reconoce en lo que muestra o cuando las exigencias del ideal superan sus propios límites. En ese punto podría aparecer la angustia, como el signo de que algo falló. El paralelismo podría ser que el sujeto en vez de “despertar” del sueño, en el entorno virtual, podría manifestarse como la necesidad de alejarse de las redes. Algo que se corrobora en la investigación de Reyes Filadoro & Enter Comunicación (2025), donde varios participantes manifestaron haber intentado alejarse de las redes en distintas ocasiones, la mayoría de las veces sin éxito.

En este sentido, la escena digital puede pensarse como una reconfiguración del espacio del sueño, un lugar donde el deseo se representa y se deforma, donde la censura actúa constantemente, y donde la angustia marca el punto en que falla. Las redes sociales pueden pensarse como un nuevo escenario donde se manifiesta lo inconsciente, como una versión diurna del sueño o una fantasía diurna, donde el sujeto sigue intentando lo mismo que en los sueños, dar lugar al deseo sin despertar del todo la angustia. En el Diccionario de Psicoanálisis, Laplanche y Pontalis (1996) señalan que Freud designa con el término sueño diurno “un guión imaginario en estado de vigilia, subrayando así la analogía existente entre este ensueño y el sueño. Los sueños diurnos constituyen, como el sueño nocturno, cumplimientos de deseo; sus mecanismos de formación son idénticos, con predominio de la elaboración secundaria” (pp. 417, 418).

Esta relación entre sueño, fantasía y deseo puede ampliarse a partir de lo que Freud plantea en *La moral sexual cultural y la nerviosidad moderna* (1908) Allí sostiene que, a diferencia del niño que juega abiertamente, el adulto se avergüenza de sus fantasías y las mantiene en secreto:

“En cambio, el adulto se avergüenza de sus fantasías y se esconde de los otros, las cría como a sus intimidades más personales; por lo común preferiría confesar sus faltas a comunicar sus fantasías” (p. 129).

Freud agrega que, por este motivo, el adulto puede llegar a creerse el único que forma tales fantasías. En este sentido, las redes sociales parecerían modificar esa experiencia ya que muchas veces permiten que el sujeto descubra que otros comparten sus deseos, ideales o fantasías. Nuevamente, lo que antes quedaba relegado a la intimidad de lo inconsciente o a la privacidad del sueño, hoy puede mostrarse públicamente, encontrar resonancia y generar identificación con otros. Sin embargo, esta apertura también implica riesgos. La exposición y la identificación colectiva pueden favorecer procesos de simbolización y alivio, pero también

pueden reforzar ciertas fantasías destructivas o no elaboradas. En algunos casos, comunidades virtuales centradas en la hostilidad o el rechazo (como ocurre por ejemplo en los grupos conocidos como “incels” (célibes involuntarios)) funcionan como espacios de validación de pulsiones agresivas o sexuales que, en lugar de tramitarse simbólicamente, se legitiman y se potencian.

La noción freudiana de realidad psíquica (1900/1992) resulta útil también para pensar la subjetividad en la era digital. Freud introdujo el concepto de realidad psíquica para mostrar que en la vida anímica, los deseos y fantasías inconscientes tienen la misma eficacia que los hechos materiales constituyendo una verdad psíquica que orienta la vida del sujeto. De este modo, cuestionó la dicotomía entre lo interno y lo externo, una culpa inconsciente o un deseo reprimido pueden sentirse tan reales como un acontecimiento del mundo exterior. En la contemporaneidad digital, esta tensión encuentra un paralelo en lo que se puede denominar “realidad extendida” o “realidad amplificada”. Lejos de oponerse a lo real, lo virtual se integra y amplifica la experiencia cotidiana de las personas, produciendo efectos subjetivos con igual intensidad que los que tendría en una interacción cara a cara. Así, mientras Freud mostró que lo inconsciente borra la frontera entre fantasía y realidad material, se podría decir que la cultura digital borra la frontera entre lo virtual y lo real. Ambas perspectivas coinciden en señalar que lo decisivo para el sujeto no es la “objetividad” del hecho, sino su inscripción simbólica, un sueño, una fantasía o un “me gusta” en redes pueden ser igualmente determinantes en la constitución del yo y en la dinámica superyoica contemporánea.

En síntesis, el recorrido realizado permitió articular los aportes clásicos del psicoanálisis con investigaciones contemporáneas y datos empíricos sobre como inciden las redes sociales en los sujetos, tanto en Uruguay como internacionalmente. Los conceptos de Freud, Lacan, Klein y Winnicott, junto con las lecturas actuales de autores como Han, Bauman, Sibilia, Alemán y Bleichmar, muestran que el superyó no ha perdido vigencia, sino que se ha reconfigurado bajo formas específicas en la cultura digital. La evidencia empírica revisada confirma que estas exigencias se vinculan con sentimientos de ansiedad, comparación social, baja autoestima y agotamiento, especialmente en adolescentes y jóvenes adultos, quienes aparecen como una población particularmente expuesta a estas dinámicas.

A partir de este recorrido, resulta posible retomar la hipótesis central del trabajo: que el superyó, lejos de debilitarse en la modernidad digital, se reinventa y se reactualiza generando nuevas modalidades de angustia.

La conclusión de este trabajo buscará precisar las implicancias clínicas y sociales de este hallazgo, así como sus posibles líneas de problematización futuras.

REFLEXIONES FINALES

El recorrido realizado en este Trabajo Final de Grado permitió examinar de forma crítica cómo el superyó, lejos de atenuarse en la contemporaneidad, se reactualiza en la era digital bajo nuevas modalidades, muchas veces más demandantes y punitivas que las clásicas, pudiendo generar angustia en los sujetos.

A partir del marco psicoanalítico freudiano y en diálogo con autores postfreudianos (Klein, Winnicott, Lacan) y contemporáneos (Alemán, Bleichmar, Han, etc), se observó que los imperativos del superyó se transforman históricamente y, en el presente, se pueden manifestar en exigencias de visibilidad, rendimiento y goce, así como en la constante comparación con los otros. Esto implica que la angustia ocasionada por un superyó que tradicionalmente estaba ligada a la culpa moral y a la transgresión de normas, hoy puede manifestarse en sentimientos persistentes de insuficiencia, autoexigencia y vacío, propios de una subjetividad que se encuentra atrapada en el cumplimiento de estándares imposibles de alcanzar.

El análisis evidenció que las redes sociales no son simples herramientas de comunicación, sino escenarios de producción de subjetividad, donde la mirada del Otro se multiplica y se materializa en algoritmos que organizan lo que será visible y lo que quedará invisibilizado. En estos espacios, el sujeto se encuentra constantemente exigido a mostrarse, a compararse con otros y a sostener narrativas de éxito, felicidad y productividad. Tal como lo confirman las investigaciones internacionales y locales revisadas en este trabajo, las consecuencias de estas dinámicas se expresan en síntomas relevantes para la clínica; ansiedad, depresión, agotamiento, insatisfacción corporal, baja autoestima, problemas de sueño y englobando todo lo anterior, angustia.

Las investigaciones utilizadas en este trabajo, tanto nacionales como internacionales muestran la relevancia de este trabajo. En el plano local, los datos recabados muestran la pertinencia de situar estas reflexiones en el contexto uruguayo. Informes recientes del INJU y UNICEF señalan que los adolescentes y jóvenes del país se encuentran fuertemente atravesados por la presión de estar disponibles y visibles de manera permanente, registrando un aumento sostenido de ansiedad, tristeza y malestar subjetivo. La encuesta EUTIC del INE (2023) confirma además, la masificación de las redes sociales en la vida

cotidiana. Estos datos permiten afirmar que esta problemática no constituye un fenómeno aislado, sino una realidad que afecta directamente a la población uruguaya.

En este sentido, este trabajo evidencia la necesidad de pensar la clínica contemporánea en diálogo con los fenómenos culturales y tecnológicos. Quienes consultan por ansiedad, depresión o sensación de vacío no pueden ser comprendidos de forma separada de las condiciones digitales en las que se subjetivan. Del mismo modo, las intervenciones clínicas y preventivas deberían contemplar la centralidad de las redes sociales en la vida cotidiana y reconocer que los mandatos de visibilidad y rendimiento operan como nuevos núcleos de angustia.

Asimismo, considerando que el fenómeno de las redes sociales continúa en expansión y atraviesa cada vez más dimensiones de la vida cotidiana, resulta pertinente reflexionar sobre la necesidad de generar espacios que promuevan una relación más consciente y responsable con estos medios. No se trata simplemente de limitar su uso, sino de favorecer procesos de simbolización y elaboración frente al impacto de las imágenes, los ideales y los discursos que circulan en ellas. En este sentido, la implementación de programas de alfabetización digital y de acompañamiento emocional podría contribuir a sostener una relación más responsable con las tecnologías, permitiendo que el sujeto encuentre modos de habitar el espacio virtual sin quedar capturado por sus exigencias superyoicas ni por la inmediatez que estas plataformas promueven.

Finalmente y ahora sí a modo de conclusión, se puede decir que este Trabajo Final de Grado permite afirmar que el superyó planteado por Freud no ha desaparecido, sino que se reactualiza en la era de las redes sociales bajo formas muchas veces más severas y paradójicas, produciendo nuevas modalidades de angustia en los sujetos. La internalización de ideales colectivos de belleza, éxito y felicidad, reforzados por la lógica algorítmica de la visibilidad, contribuye a intensificar las exigencias del superyó y, a su vez, los sentimientos de angustia. En este marco, esta ya no se explica por la prohibición edípica clásica, sino por la imposibilidad de estar a la altura de un Ideal del Yo digital constantemente renovado y sobredimensionado. Este hallazgo ratifica la vigencia del psicoanálisis como herramienta para comprender y abordar los fenómenos contemporáneos y plantea el desafío de seguir interrogando las formas actuales del malestar, en diálogo con la cultura digital y las transformaciones sociales.

Este recorrido también abre la posibilidad de desarrollar distintas líneas de investigación futuras. Una de ellas consiste en profundizar en las diferencias de género en la vivencia del superyó digital, dado que varios estudios revisados muestran que las mujeres jóvenes

aparecen más expuestas a comparaciones corporales y a estándares de belleza irreales. Otra línea posible sería explorar cómo estas dinámicas afectan a diferentes franjas etarias, como niños y adolescentes en etapa escolar o liceal, así como adultos mayores que se incorporan tardíamente a la cultura digital.

Por último, resultaría especialmente interesante estudiar con mayor profundidad las similitudes entre ciertos fenómenos psíquicos de la vida cotidiana, como el juego y las fantasías diurnas y nocturnas, particularmente las semejanzas entre el sueño y las redes sociales. Durante la realización de este trabajo, este punto emergió como un tema sumamente rico y novedoso, que despertó en mí un gran interés y curiosidad, y que a mi parecer invita a futuras exploraciones teóricas y clínicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ágora. (2021). Acceso a internet y redes sociales: La gran transformación. Ágora Consultores.

<https://www.agora.com.uy/estudios-de-mercado/acceso-a-internet-y-redes-sociales-l-a-gran-transformacion/>

Aguilera Hunt, R. (2025). Acerca del goce de la imagen del yo en redes sociales. Una perspectiva desde el psicoanálisis de Jacques Lacan. Revista Affectio Societatis.

<https://doi.org/10.17533/udea.affs.v22n42a02>

Bauman, Z. (2000/2003). Modernidad líquida. México: Fondo de Cultura Económica.

<https://catedraepistemologia.wordpress.com/wp-content/uploads/2009/05/modernidad-liquida.pdf>

Bleichmar, S. (s.f.). Acerca de la subjetividad [Conferencia]. SilviaBleichmar.com.

Recuperado de

<https://silviableichmar.com/conferencia-silvia-bleichmar-acerca-de-la-subjetividad/>

Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship.

Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1), 210–230.

<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

Castells, M. (2000). La sociedad red. Vol. I de La era de la información: economía, sociedad

y cultura (2.^a ed.). Madrid: Alianza Editorial.

https://www.amsafe.org.ar/wp-content/uploads/Castells-LA_SOCIEDAD_RED.pdf

Castells, M. (2001). La galaxia Internet: reflexiones sobre Internet, empresa y sociedad.

Plaza y Janes Editores.

https://irla.cat/wp-content/uploads/2017/06/La_Galaxia_Internet.pdf

- Coll, C., & Monereo, C. (Eds.). (2008). Psicología de la educación virtual: Aprender y enseñar con las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Ediciones Morata.
<https://mediacaotecnologica.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/08/psicologia-de-la-educacion-virtual-coll-y-monereo.pdf>
- Díaz-Moreno, A., Bonilla, I., & Chamarro, A. (2023). Comparación social negativa: La influencia de la ansiedad, la regulación emocional y el uso problemático de redes sociales. *Ansiedad y Estrés*, 29(3), 181-186. <https://doi.org/10.5093/anyes2023a22>
- Eddy Ives, L. S., Huertas Patón, A., Forti Buratti, M. A., Álvarez Pitti, J., Salmerón-Ruiz, M. A., Rodríguez Hernández, P. J., & Real-López, M. (2025). Impacto de las pantallas y las redes sociales en la salud mental. *Anales de Pediatría*, 103(2), 503909. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2025.503909>
- Enter Comunicación & Reyes-Filadoro. (2025, 8 de julio). Juventudes y redes sociales: “Amor tóxico. La relación de los jóvenes con las redes” [Informe]. Enter Comunicación. Recuperado de https://www.entercomunicacion.com.ar/informes/RF_EnterComunicacion-Juventudes-y-Redes-Sociales-2025.pdf
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women’s body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38–45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Foucault, M. (1975/2002). Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión (A. Garzón del Camino, Trad.). Buenos Aires: Siglo XXI Editores.
- Freud, S. (1908/1992). La moral sexual “cultural” y la nerviosidad moderna. En J. Strachey (Ed.), *Obras completas* (Vol. IX, pp. 159–182). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1915/1992). Lo inconsciente. En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. XIV, pp. 163-222). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1923). El yo y el ello. En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. XIX, pp. 1-66). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1924/1979). El problema económico del masoquismo. En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. XIX, pp. 155-173). Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Freud, S. (1930/2017). El malestar en la cultura. Madrid: Akal. (Obra original publicada en 1930)

Freud, S. (1973). El malestar en la cultura. En J. Strachey (Ed.), Obras Completas (Vol. XXI, pp. 57-140). Buenos Aires: Amorrortu. (Obra original publicada en 1930)

Freud, S. (1989). La sexualidad en la etiología de las neurosis (1898). En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. III, pp. 259-278). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1992). Represión (1915). En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. XIV, pp. 135-152). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1992). Inhibición, síntoma y angustia (1926). En J. Strachey (Ed.), Obras completas (Vol. XX, pp. 75-176). Buenos Aires: Amorrortu.

Gaione, C. (2009). Pluralidad de los orígenes del superyó... ¿identificaciones en conflicto? Revista Uruguaya de Psicoanálisis, (109), 125-148. Asociación Psicoanalítica del Uruguay. Disponible en: <https://www.apuruguay.org/apurevista/2000/16887247200910909.pdf>

Gómez Campos, R., Urra Albornoz, C., Vidal Espinoza, R., Riveros, J., Opazo, O., Rivera Portugal, M., Urzua Alul, L., Cossio Bolaños, M., & Méndez Cornejo, J. (2021). Uso

de redes sociales, ansiedad, depresión e indicadores de adiposidad corporal en adolescentes. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 13(2), 327–335.

https://www.siicsalud.com/acise_viaje/ensiicas-profundo.php?id=158538

Gómez Ceballos, M. J., & Builes Cardona, A. M. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional. En C. I. Atehortúa Ríos, A. M. Builes Cardona & M. J. Gómez Ceballos (Comps.), Memorias científicas del II Congreso en Salud Mental Digital (pp. 86-95). Universidad Cooperativa de Colombia.

González Sánchez, R. (2011). Reseña de La empresa en la Web 2.0 de J. Celaya. Revista Galega de Economía, 20(1), 1-3. Universidad de Santiago de Compostela.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=39118564013>

Han, B.-C. (2012). La sociedad del cansancio. Herder.

Han, B.-C. (2013). La sociedad de la transparencia. Herder.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2023). Encuesta de Usos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (EUTIC), 2022. INE.

<https://www4.ine.gub.uy/Anda5/index.php/catalog/736>

Instituto Nacional de la Juventud (INJU). (2023). Informe panel de juventudes ENAJ 2018-2022. Ministerio de Desarrollo Social.

<https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/2023-10/Informe%20Panel%20de%20Juventudes%202023.pdf>

Klein, M. (1932/2014). Psicoanálisis de niños (pp. 143). Madrid: Biblioteca Nueva.

Laplanche, J., & Pontalis, J.-B. (1996). Diccionario de Psicoanálisis (2.^a ed., p. 491). Barcelona: Paidós. (Obra original publicada en 1967)

Lévy, P. (1997/2007). *Cibercultura: La cultura de la sociedad digital* (B. Campillo, I. Chacón & F. Martorana, Trans.). Rubí (Barcelona): Anthropos / Universidad Autónoma Metropolitana.

Lupano Perugini, M. L., & Castro Solano, A. (2023). Uso pasivo de redes sociales y malestar psicológico: El rol de la comparación social. *Revista de Psicología (PUCP)*, 41(1), 269–294. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.2.31>

Mileros, J., Norrman, L., & Öberg, M. (2025). It's all about authenticity: The everyday struggles of being an influencer. *SN Social Sciences*, 5(1), 34. <https://doi.org/10.1186/s13731-025-00472-1>

Revista Contexto y Acción (CTXT). (2023, 27 de marzo). Entrevista a Jorge Alemán / Psicoanalista: “Política y Psicoanálisis no se confunden, pero se necesitan”. Aporrea. Recuperado de <https://www.aporrea.org/cultura/n381570.html>

Suárez Poveda, J. F., & Del Campo Saltos, G. (2024). Algoritmos en redes sociales y estrategias comunicacionales para el posicionamiento de medios tradicionales. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(6), 1670–1686. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/3114/5274>

Sibilia, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*. Fondo de Cultura Económica. https://www.edumargen.org/docs/curso60-1/unid01/complem02_01.pdf

Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books.

https://escholarship.org/content/qt35k2p4b6/qt35k2p4b6_noSplash_b445d46d80af95869917f83a8a592723.pdf?t=mhzw7f

Valencia Múnera, A. (2021). Ciberacoso en el espejo: tendencias autodestructivas de los sujetos a través de las redes sociales. En C. I. Atehortúa Ríos, A. M. Builes Cardona

& M. J. Gómez Ceballos (Comps.), Memorias científicas del II Congreso en Salud Mental Digital (pp. 96-106). Universidad Cooperativa de Colombia.
<https://doi.org/10.16925/mcsm>

Valenzuela, S. (2024). Cuando los algoritmos son editores: Cómo las redes sociales, la IA y la desinformación alteran el consumo de noticias. *Comunicación y Medios*, 33(49), 186-191. <https://doi.org/10.5354/0719-1529.2024.74976>

Winnicott, D. W. (1965/1981). El proceso de maduración en el niño. Buenos Aires: Editorial Laia.

Winnicott, D. W. (1971/2003). Realidad y juego (F. Mazía, Trad.). Barcelona: Gedisa.