

El chiste dice lo indecible

"La verdad solo puede decirse a medias"
Jacques Lacan

Camilo Ramírez Garza

“Papi, ¡Feliz día del abuelo! - Ay mijita, pero si no tengo ningún nieto. ¡Sorpresa!”

El humor permite tratar lo intratable del sufrimiento humano. Al mismo tiempo que es una vía de expresión y descarga de las penas que tanto agobian, ¡del pesar que pesa!, también es un método, es decir un camilo, digo un camino de investigación sobre lo humano, su constitución, avatares y relaciones amorosas. Recomiendo leer "Solo me río cuando me duele: la caricatura del humor en México" de Rafael Barajas, "El fisgón" y después "El chiste y su relación con lo Inconsciente" de Sigmund Freud.

Precisamente, como plantea Jacques Lacan, la verdad solo puede decirse a medias, pues al hablar de palabras estas no pueden abarcarlo todo, decirlo todo, ya que su relación siempre es de un "no todo" gracias a lo cual existe la poesía y el humor: sus juegos de palabras permiten decir algo de lo inefable, de esas experiencias más allá de la palabra y la imagen, a través del entre-decir. No solo burlar la censura moral ("Aquel sacerdote era bien así, sin el "sa") o política ("¡Salí bien carita señor gobernador en las fotos caritas!) sino de por un instante- trascender a la limitación de las palabras, asemejarse -a



El chiste es un juego de palabras en donde el sentido se produce por el encuentro de varios elementos puestos en relación.

pesar de ser palabras- con las expresiones de las artes, el grito, la risa, el silencio y el orgasmo.

"No es culpa mía ni puede ser motivo de un reproche. Todos los soñantes son insoportablemente chistosos, pero lo son porque no les queda más remedio porque están puestos en un brete y porque la vía directa (de expresión) les ha quedado cerrada. El aparente carácter chistoso de todos los procesos inconscientes está íntimamente relacionado con la teoría del chiste y de lo cómico" (Freud, 1899) ¿Qué quiere

decir Freud con que la vía directa de expresión le ha sido cerrada? La expresión para los humanos nunca es directa, pues hemos perdido la relación directa con lo natural (instintos) por lo que debemos hacer un rodeo a través del lenguaje, para triangular y poder inventar eso para poder "hablar" de ello después. "No hay nada de espontaneo ni natural en los deseos humanos. Debemos de aprender que y como hay que desear" (Slavoj Zizek, The pervert's guide to cinema) la palabra cierra pero es precisamente la misma pal-

Psicología

abra en sus múltiples resonancias la que libera la expresión. De ahí lo de el psicoanálisis como una cura hablada... "Hable de todo lo que se le ocurra por más ilógico, sin sentido y vergonzoso que le parezca"

El chiste es un juego de palabras en donde el sentido se produce por el encuentro de varios elementos puestos en relación, se produce una resignificación a través de los mismos: "¡El tiene un trabajo de mucha altura!...se dedica a limpiar ventanas en los rasca-cielos!"... "Mi abuela fue una gran mujer...hasta que se puso el bypass gástrico", "De niño tenía mucho miedo de ir al dentista...era pedófilo", "¿Quién mató a Álvaro Obregón?..Cállese y Pórtese bien!", "La asesina de Selenia se confundió: era matar a Salinas el de los Pinos y no a Selenia, la de los Dinos", "¡Pura verga me dieron todo el día! -exclamó un urólogo, "Mi trabajo apesta" Atte: el proctólogo. "Monterrey es una ciudad

de casinos, casi no se puede salir por la inseguridad, casi no hay trabajo, casi no hay buenos gobernantes", "En mi casa mando yo, pero mi esposa toma las decisiones" (Woody Allen), "Una cosa es una cosa y otra cosa es otra cosa" (Filósofo de Güemez), "Le gritaron ¡Cuidado con el pozo!, se puso la mano atrás y se cayó en una zanja", "¿Doctor, lo voy a perder?...Mire, le vamos a entregar su pierna en una bolsa, pero ya si usted lo pierde es muy su bronca.", "Mi ultima voluntad: quiero que cuando me muera me inseminen. ¿Qué no es incineren abuela? ¡No, inseminen!", "Si le dije que le inmovilizaran el miembro, por qué le ha puesto un torniquete en el... ¡A caray!, sepa que existen otros miembros enfermera!"

Http://columnacamilo.jimdo.com
Twitter: CamiloRamirez_

Dismorfia muscular, a disgusto con el propio cuerpo

Leonardo Huerta
Mendoza

En años recientes se ha observado en hombres y mujeres jóvenes una excesiva preocupación por obtener o mantener una figura delgada y/o musculosa. Esta obsesión por el cuerpo ha hecho que surjan infinidad de gimnasios en prácticamente todas las ciudades importantes del país, pero también que diversos investigadores estudien dicho fenómeno.

En 1993, un equipo de investigación de la Escuela de Medicina de la Universidad de Harvard, integrado por Pope, Katz y Hudson, describió -en una muestra de 108 varones (jóvenes y adultos) que practicaban la halterofilia- sentimientos de ineptitud o incompetencia, y la sensación de carecer de atractivo físico y de fracasar constantemente. En un principio, el equipo bautizó este trastorno con el nombre de complejo de Adonis y, posteriormente, con el de vigorexia.

"Y en un artículo publicado a finales de 1997 en la revista Psychosomatics, el mismo equipo propuso los criterios para diagnosticar dicho trastorno, al que luego denominó trastorno dismórfico corporal, como se le conoce actualmente", dice la doctora Rosalía

Este trastorno fue descrito en 1993 por investigadores de la Universidad de Harvard, sus víctimas adoptan como centro de sus vidas el gimnasio y una dieta meticulosa

AFECTA MÁS A LOS HOMBRES

Aún no hay estudios concluyentes ni información epidemiológica o clínica que permita ubicar la dismorfia muscular en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10) o en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV).

Se sabe que este trastorno afecta más a los hombres que a las mujeres, debido a las mayores presiones sociales y culturales que tienen éstos para estar fuertes y musculosos.

Las consecuencias de la dismorfia muscular incluyen angustia crónica por no estar lo suficientemente musculoso (aunque se esté más que los hombres y las mujeres promedio) o por tener que mostrar el cuerpo en público, deterioro de las relaciones sociales y de la actividad profesional, así como abuso de esteroides anabólicos.

las cuales obtienen de la carne y los huevos, principalmente. Y si por alguna razón tienen que desviarse de esta dieta, experimentan tanta ansiedad que la compensan con una sesión extra de trabajo en el gimnasio", apunta Rosalía Vázquez Arévalo.

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

No se cuenta con información sólida y veraz, pero existen indicios de que la dismorfia muscular y el consumo de esteroides anabólicos se han incrementado mucho en nuestro país, en especial en los estados del norte, debido a la influencia estadounidense. En 2009, Vázquez Arévalo y sus colaboradores empezaron un proyecto de investigación con el objetivo de evaluar la imagen corporal y la insatisfacción corporal en hombres con diferentes niveles de ejercicio físico y con diferentes índices de masa corporal (fue la tesis de licenciatura de Araceli Otero).

"Queríamos saber qué tanto se sentían a gusto con su cuerpo, cómo percibían su imagen o, bien, qué tanto se sentían insatisfechos con su cuerpo y cuáles eran sus conductas dirigidas a modificarlo", explica la investigadora.

Se formaron cuatro grupos: de usuarios de gimnasios (40), de obesos (23), de personas con peso normal que hacían ejercicio (36) y de personas con peso normal que no lo hacían (36).

De los usuarios de gimnasios, 60% admitieron consumir algún tipo de suplemento alimentario; y sólo 2% dijo haber consumido alguna vez los esteroides anabólicos.

En los cuatro grupos muestra hubo insatisfacción corporal, pero en el de los obesos el porcentaje fue más alto: 17%, lo cual resulta lógico porque a mayor índice de masa corporal, mayor insatisfacción corporal.

"Lo que no resultó lógico fue que 11% de las personas con peso normal que no hacían ejercicio seguían experimentando insatisfacción corporal. Ahora bien, la interiorización del modelo típico de musculatura lo encontramos en todos los grupos. No obstante, el riesgo de dismorfia muscular fue mayor en los usuarios de gimnasios; éstos presentan más dependencia del ejercicio y el perfeccionismo, y son más influenciados por la publicidad relacionada con un cuerpo musculoso", según comenta Vázquez Arévalo.

ALIMENTACIÓN

En relación con la alimentación, el grupo de los usuarios de gimnasios tenía la dieta más estricta.

"Cuando hay insatisfacción corpo-



Este trastorno afecta más a los hombres que a las mujeres, debido a las mayores presiones sociales y culturales que tienen estos en su apariencia

ral, la alimentación de hombres y mujeres es muy diferente. Las mujeres ayunan y los hombres se abstienen de consumir, sobre todo, aquellos alimentos que hacen engordar, como tortillas, pan y grasas, pero no dejan de comer. Cuando vemos a un hombre ayunar, estamos frente a un problema muy serio", indica la investigadora de la UNAM.

En los trastornos alimentarios, los hombres presentan más bulimia que anorexia, es decir, consumen grandes cantidades de alimento, pero tienen conductas compensatorias. No recurren tanto al vómito como al ejercicio físico y, aunque algunos vomitan, no lo reconocen porque creen que éste es un problema de mujeres.

PROCESO

Únicamente 20% de los usuarios de gimnasios aceptaron ser entrevistados mientras hacían sus rutinas.

Fue entonces cuando Vázquez Arévalo y sus colaboradores se enteraron de que el entrenador era quien les surtía a aquéllos los esteroides anabólicos.

Cabe apuntar que, al contrario de lo que ocurre hoy en día en Estados Unidos, los esteroides anabólicos se venden en nuestro país como suplementos alimenticios, pues no hay una legislación que los prohíba.

"Como cualquier trastorno, la dismorfia muscular es un proceso. Unas veces observamos a quienes la padecen cuando están obsesionados por el ejercicio y otras cuando ya consumen esteroides anabólicos. En cualquier caso, los que están obsesionados por la musculatura van a terminar consumiendo, tarde o temprano, esteroides anabólicos", comenta la investigadora

de la Universidad Nacional.

DEPORTE SALUDABLE Y DEPORTE NO SALUDABLE

En nuestra sociedad, el ejercicio físico es considerado algo favorable, gracias a que puede prevenir enfermedades como la hipertensión, la diabetes y la obesidad, y servir como un apoyo para la salud psicológica. Sin embargo, el abuso de él puede ser un factor de riesgo para ciertas patologías.

Algunas investigaciones han identificado la preocupación por el peso corporal y el desarrollo muscular como un indicador de la insatisfacción corporal, lo que explicaría el incremento de usuarios de gimnasios para lograr el cuerpo del modelo masculino ideal: esbelto pero musculoso (fitness).

Está en marcha otro estudio que busca establecer la diferencia tanto entre el deporte saludable y el no saludable, como entre los deportistas y los sujetos con dismorfia muscular.

"Al inscribirse en un gimnasio para levantar pesas, no pocos individuos descubren que muchas de las personas que acuden a él quieren incrementar su musculatura con algún producto químico. Uno comentó que eso no se da entre los auténticos deportistas, pues éstos alcanzan sus metas con esfuerzo y constancia, y por placer. Por eso, cuando lo pusieron a levantar tal cantidad de pesas, dijo que no porque él no quería estar 'lleno de músculos'", recuerda Vázquez Arévalo.

Las personas que practican una actividad deportiva pueden alcanzar una mayor calidad de vida, en tanto que las personas con dismorfia muscular no se sienten bien consigo mismas y viven obsesionadas por estar cada vez más musculosas.



Como cualquier otro trastorno, la dismorfia muscular es todo un proceso.

Vázquez Arévalo, investigadora de la Facultad de Estudios Superiores (FES) Iztacala, de la UNAM.

A diferencia de los sujetos con trastorno dismórfico corporal, que suelen estar preocupados por una parte específica de su cuerpo (los ojos, la nariz, la boca, la piel, etcétera), las personas con dismorfia muscular tienen una preocupación patológica por su cuerpo, en general, y por la musculatura de éste, en particular.

"Estos individuos están obsesionados por lucir grandes y musculosos; por eso no salen del gimnasio", afirma la investigadora universitaria.

Si bien algunos individuos están conscientes de su problema e incluso reconocen que tienen los músculos muy desarrollados, otros piensan que son mucho más pequeños que otros de su misma talla, por lo que se niegan a alterar su régimen de ejercicios, aun cuando estén plenamente conscientes de las consecuencias negativas que ello les puede acarrear.

En resumen, para alcanzar la imagen corporal deseada, estos individuos adoptan como centro de sus vidas el gimnasio y una dieta meticulosa.

"Es común que sigan una estricta dieta baja en grasas y alta en proteínas,