

AUTOLESIONES EN LA ADOLESCENCIA: ¿UN SÍNTOMA POP?

ÁLVARO JIMÉNEZ MOLINA¹

Los seres humanos podemos llegar a ser muy crueles con nosotros mismos. Y a través de la violencia autoimpuesta, podemos también llegar a ser muy crueles con el otro. “Cuando me cortaba tenía rabia, quería desquitarme conmigo. Pensaba: ‘¿pa qué hacerle daño a otros? ¿Por qué no te hací daño a ti misma?’. Era la primera reacción que tenía: ‘hazte daño a ti misma’. Así también podía hacerle daño a otros”. El mensaje que transmite Carmen, una adolescente chilena de 17 años, es completamente transparente: cortarse es también una manera de agredir al otro. Y es que parece existir una relación recíproca entre herirse a sí mismo y herir a los demás, tal como lo sostiene Thérèse, adolescente francesa de 14 años, quien afirma que cortarse le permite “aliviarse” de una rabia que en principio es contra los otros.

Cuando dices ‘aliviar’, ¿es aliviarse de qué?

De mi tristeza, de mi rabia. De mis ganas de hacerme daño. Cuando tenía ganas de cortarme [scarifier], era finalmente un modo de hacerme daño. [...] Lo que sentía era rabia contra los otros, contra mí misma, contra el mundo

entero. Entonces yo dirigía la rabia contra mí misma porque no lo iba a hacer contra los otros. ¿Y por qué no expresar esta rabia contra los otros? Porque no quería ser una persona que agrede a la gente. [...] Por ejemplo, la rabia que yo tenía contra mis padres, yo no la decía, me la guardaba y después me mordía o me mutilaba.

Como Carmen o Thérèse, muchos adolescentes hablan de las autolesiones (cortes, rasguños o quemaduras sobre el tejido corporal) como una forma de autocastigo: “me detesto”. Pero no se trata simplemente de crueldad masoquista. El objetivo no es el goce asociado al dolor. Tampoco el despliegue de una escena de dominación/sumisión. Más bien, se trata de una experiencia de sufrimiento en la que el dolor adquiere un valor catártico. Y sobre todo un carácter activo: es mejor infligirse el dolor a sí mismo en lugar de ser objeto de la violencia del otro. Sin embargo, cuando un adolescente marca su propio cuerpo con una herida, lo que se ve alterado es también la mirada del otro: “te detesto, mira lo que me has hecho”.

¿Por qué causarse una herida para responder al sufrimiento? En la psiquiatría contemporánea, las autolesiones son comprendidas como una estrategia patológica de auto-regulación emocional motivada por una tensión psíquica intolerable (Jacobson y Batejan, 2014). Los adolescentes describen a menudo las autolesiones como un modo de responder al malestar transformando el sufrimiento

¹ Psicólogo y Doctor en Sociología (Universidad de París). Investigador post doctoral de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile y docente del Magíster de Psicología Clínica de Adultos de FACSO. Investigador de Núcleo Milenio para mejorar la salud mental de adolescentes y jóvenes (Imhay) y del Laboratorio Transdisciplinar de Prácticas Sociales y Subjetividad (LaPSoS). Contacto: alvarojimol@gmail.com

psíquico en un dolor físico que no sólo parece más real y concreto, sino también controlable. Se trata entonces de sustituir o de evitar ciertas emociones recurriendo a una focalización sensorial sobre el propio cuerpo: “Es mejor el dolor físico que el dolor interior”, afirma Jacinta, chilena de 16 años.

Al igual que el TDAH en los niños o la depresión en los adultos, las autolesiones se han transformado en uno de los principales signos del malestar adolescente². Desde la década de 1990, el ataque deliberado a la superficie corporal (“*cutting*”) ha atraído la atención de los profesionales de la salud y de los medios de comunicación, erigiéndose como un objeto de la cultura popular, una verdadera “epidemia moderna” reflejada a través de la literatura, el cine e internet. Las prácticas autolesivas han adquirido un valor simbólico que resuena en nuestros estilos de vida. Tal vez no sea casualidad que, en las sociedades occidentales, la visibilidad social de los comportamientos autolesivos coincide con el auge y masificación de las prácticas de modificación o marcaje corporal (tatuajes, piercings, etc.), así como la emergencia del *body art*. Si bien la perforación y el tatuaje son signos estéticos (mientras que la marca de las autolesiones a menudo se oculta), parecen compartir un rasgo común con las automutilaciones: una relación particular al propio cuerpo marcada por la crueldad.

En el campo literario, la autolesión forma parte del repertorio de comportamientos que distintos escritores han utilizado para caracterizar el espíritu torturado de sus personajes. En *La pianista*, la escritora austriaca Elfriede Jelinek (2002) describe el ritual secreto de Erika para encontrarse a sí misma:

Ella espera siempre con impaciencia el instante en que podrá cortarse al abrigo de las miradas. Piernas separadas, ella se sienta ante el espejo con la hoja de afeitar y hace un corte que busca agrandar la obertura que sirve de puerta de entrada a su cuerpo. Ella sabe por experiencia que un corte como ese no duele tanto puesto que sus brazos, sus manos y sus piernas ya le

han servido de objetos experimentales. Su pasatiempo favorito: cortar su propio cuerpo.

Para Erika, el dolor tiene un valor como confirmación de una identidad personal que el curso de la vida social amenaza con borrar. ¿Se trata de un dolor sin sufrimiento? La relación intercambiable entre el dolor físico y el dolor emocional es probablemente la principal cualidad transformativa de los cortes, pero también su carácter paradójico: para hacer frente al sufrimiento emocional me inflijo un dolor físico. Y si el dolor es muy real, yo también lo soy. En la autobiografía titulada *Skin Game*, la escritora estadounidense Caroline Kettlewell (1999) describe una experiencia de angustia que aumenta la sensación de pérdida de límites personales. En tales momentos de desborde o derrumbe subjetivo, la automutilación produciría una especie de reunificación del yo.

Yo necesitaba matar algo *dentro* de mí, esta horrible sensación como si gusanos cavaran un túnel a lo largo de mis nervios. Entonces, cuando yo descubrí la lámina de afeitar, cortarme, si quieren creerme, era mi gesto de esperanza. La primera vez, cuando yo tenía doce años, fue como una especie de milagro, una revelación. La lámina se deslizaba fácilmente, sin dolor a través de mi piel, como un cuchillo caliente en la mantequilla. Tan rápido y puro como un amor a primera vista, abrió una división absoluta y perfecta entre un antes y un después. Todo el caos, el ruido y el furor, la incertidumbre y la confusión y la desesperación – todo eso se evaporó en un instante, y yo estaba en ese momento anclada, coherente, entera. *Here is the irreducible self*. [...] Sé que cortarme era mi defensa contra un caos interno, contra la sensación de un mundo fuera de control. Lo que no puedo decirles, es de dónde venía ese caos.

El dolor nos recuerda nuestra existencia material, estableciendo una frontera con el mundo, restaurando nuestra realidad psicológica y corporal: el “*self irreducible*”. De este modo, las prácticas auto-

2 La prevalencia internacional de este comportamiento entre la población adolescente se estima en 17% (Swannell et al. 2014).

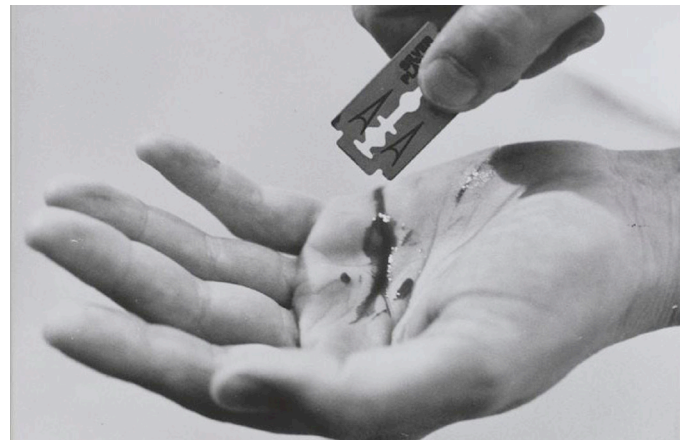
lesivas parecen atestiguar una forma particular de implicación subjetiva en las sociedades individualistas contemporáneas: herir la piel aparece como una forma de exploración y autocontrol, la búsqueda de una experiencia de reapropiación del cuerpo y de afirmación del yo.

Pero también puede aparecer como una forma de denuncia de un cierto malestar.

Uno de los rasgos distintivos del *body art* es el hecho de que el artista transgrede la relación tradicional con la obra, abandonando la necesidad de apoyo material externo. La obra pone en juego al propio cuerpo, se construye desde la profundidad de la superficie, confrontándonos a una insuficiencia de palabras que es al mismo tiempo exuberancia expresiva. El gesto artístico consiste en un acto de crueldad controlada que se proyecta sobre la carne. Al transformar al ataque corporal en un espectáculo público, en objeto de *performance*, el artista provoca inevitablemente una reflexión sobre uno de los valores fundamentales de las sociedades individualistas, liberales y democráticas: la propiedad de sí y la integridad del cuerpo. Escribir sobre la superficie corporal, agredir la imagen corporal, es transgredir la sacralidad de sí.

Si algunos adolescentes afirman que se sienten aliviados por el solo hecho de cortarse, otros lo son por la vía del dolor o por el espectáculo de ver la sangre correr. La automutilación posee un componente visual importante: “ver la sangre, sentirla en mis manos, eso me aliviaba harto”, relata Jacinta. En el *body art*, como en la práctica autolesiva, la sangre mantiene un valor de sacralidad ligada a la vida y a la muerte, a la enfermedad y a la cura: ver la sangre se asemeja a una forma de purificación o de expiación de las emociones. Pero en el *body art*, detrás de este teatro íntimo de la crueldad, lo que se busca es un modo de resonancia política: el dolor se escenifica para perturbar al espectador y criticar las condiciones sociales de la vida cotidiana. Esto es lo que hay detrás de las múltiples cirugías de Orlan o de las insistentes heridas de Gina Pane: mostrar la metamorfosis del cuerpo a través de la tecnología médica y denunciar la violencia estructural contra el cuerpo femenino. Como dice Pane, “trabajé en un lenguaje que me dio la oportunidad de pensar en el arte de

una manera nueva. La del cuerpo, mi gesto radical: el cuerpo se convirtió en el material y objeto del discurso (es decir, el espíritu y la materia)” (<https://ginapane.wordpress.com/>). Dicho de otro modo, el ataque al cuerpo se transforma en un ataque contra la sociedad y sus ideales.



¿Cómo una herida autoinfligida llega a ser pensada como una “epidemia”? Es probablemente a partir del surgimiento de la *World Wide Web* que la metáfora del “contagio” se consolida como un modelo para entender la emergencia de las prácticas autolesivas. A través de textos, fotos o vídeos impregnados de un tono emocional melancólico, las autolesiones se habrían convertido en un “fenómeno viral”. Los foros virtuales de los “cutters” se componen por una población altamente volátil que establece interacciones efímeras a través de mensajes que expresan actitudes ambivalentes hacia las prácticas auto-destructivas. Por ejemplo, en el sitio web francés

Automutilations: blessures secrètes, el usuario *SeulementMoi* [SolamenteYo] describe bajo la rúbrica “ya no logro gritar” su última experiencia autoagresiva:

Yo me AM [automutilo] desde hace poco tiempo, pero tengo la impresión de haber conocido este sufrimiento toda mi vida. Me parece tan familiar... una suerte de viejo amigo. [...] A diferencia de las personas que lo hacen porque viven un exceso de emociones, yo lo hago porque no siento nada. [...] En todo caso, no es nunca el verdadero yo el que llora, grita o ríe. Disimulo. Me pongo una máscara. Soy un comediante dentro de mi propia vida. Las personas piensan que me conocen, pero sólo han visto la cara superficial de mi personalidad. Para llenar esta falta de sensaciones psicológicas, me obligo a sentir sensaciones físicas. [...] Entonces me agredo para sufrir menos. Durante un instante³.

¿En qué tipo de sociedad ciertos individuos, para hacer frente a un problema o malestar, comienzan a mutilarse para aliviar la tensión, expresar el sufrimiento o hacerse escuchar? Las ciencias sociales han tendido a situar las autolesiones en continuidad con las prácticas de transición vital (“ritos de pasaje”), las cuales se caracterizan por la violencia simbólica y física (Le Breton, 2003). Desde esta perspectiva, las autolesiones serían una forma de “rito individual” para enfrentar el sufrimiento en un contexto social en que las soluciones propuestas por las instituciones aparecen como insuficientes. En otras palabras, las autolesiones reflejarían “una individualización de los modos de expresión del malestar” en un contexto cultural marcado por la ausencia de un marco colectivo para encausar el malestar (Brossard, 2014).

Sin embargo, me parece que se trata menos del declive de las instituciones o del Otro simbólico que permite encausar el malestar que de una transformación del contexto normativo en el que valores e ideales como la autoconfianza, el auto-

control y la regulación emocional se han convertido en elementos centrales de los procesos de socialización. Cuando los adolescentes no encuentran otros recursos para resolver la tensión entre expresión y control emocional, algunas veces recurren a las autolesiones como herramienta de autocontrol. La autolesión puede funcionar como una forma de “trabajo emocional encarnado” (Chandler, 2016). Y es que algunas veces los individuos sólo logran auto-regularse y responder a las expectativas sociales (es decir, desplegar un comportamiento ajustado al contexto normativo) a través de medios considerados “patológicos”.

Esto no debería sorprendernos: el cuerpo se ha transformado en un factor trascendental de la relación que mantenemos con nosotros mismos y los otros, y en una herramienta fundamental para la construcción de la autonomía individual.

Referencias Bibliográficas

- Brossard, B. (2014) *Se blesser soi-même. Une jeunesse autocontrôlée*. Paris: Alma.
- Chandler, A. (2016) *Self-injury, medicine and society*. Authentic bodies. London: Palgrave Macmillan.
- Jacobson, C. & Batejan, K. (2014) Comprehensive theoretical models of Nonsuicidal self-injury. In Nock M. (ed.) *The Oxford Handbook of Suicide and Self-Injury* (pp. 308-320). Oxford: Oxford University Press.
- Jelinek, E. (2002) *La pianiste*. Paris: Seuil.
- Jiménez Molina, A. (2018) *L'adolescence mutilée. Grammaires de la souffrance au Chili et en France*. Thèse de Doctorat en Sociologie, Université Paris Descartes.
- Kettlewell, C. (1999) *Skin game. A memoir*. New York: St. Martin's Press.
- Le Breton, D. (2003) *La peau et la trace. Sur les blessures de soi*. Paris: Métailié.
- Swannell, S., Martin, G., Page, A., Hasking, P., and John, N. (2014) Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: systematic review, meta-analysis and meta-regression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 44(3): 273-303.

3 <http://www.automutilations.info/forum/viewtopic.php?f=9&t=3542>