

Polillas, escarabajos y café: entre el desgaste y el rendimiento

Laura Sofía García Betancourt

Anteproyecto

Luis Felipe Vélez y Liliana Vergara

Pontificia Universidad Javeriana Cali

Facultad de Creación y Hábitat

Carrera de Artes Visuales

Santiago de Cali, 13 de mayo de 2025

"aquel animal laborans que se explota a sí mismo, a saber: voluntariamente, sin coacción externa. Él es al mismo tiempo, verdugo y víctima"

- Han Byung-Chul

Índice

Declaración de artista	4
Resumen	5
Justificación	6
Objetivo general	8
Objetivos específicos	
Metodología	9
Antecedentes	16
Introducción	17
Capítulo 1: Gaslighting: sociedad de rendimiento	19
Capítulo 2: Escarabajos cafeinicos: habitantes de una sociedad de rendimiento	22
Capítulo 3: Instituciones educativas y trabajo: vivir para trabajar o trabajar para vivir	26
Capítulo 4: ¿Objeto o cuerpo?: la maquinización del cuerpo	30
Capítulo 5: Por allá donde revoloteo dejo estelas de carcoma: el desgaste	32
Bibliografía	36
Glosario	39

Declaración de Artista

Soy una artista en formación residente en la ciudad de Cali y me interesa los padecimientos del cuerpo circunscrito la sociedad capitalista encabezada por dinámicas de hiperproductividad. Constituyo mi campo de trabajo conceptual girando en torno a nociones del cansancio y desgaste tanto físico como psicológico, el autosabotaje, el consumo del cuerpo, la identidad y la experiencia femenina.

Mi práctica se gesta desde las artes visuales en conexión a mi experiencia con el agotamiento y el desgaste del cuerpo y la mente en medio dinámicas tanto académicas como sociales relacionadas a la producción, las expectativas y la realización, las cuales demandan energía de forma absorbente para el ser. Esto se contextualiza dentro de una contemporaneidad cimentada en el rendimiento y la necesidad de proyectar una vida hiperproductiva, lo cual impacta en la autopercepción.

Me apoyo en la exploración de materiales buscando siempre una rigurosidad técnica, en documentos, narrativas, introspección, simbolismos y experiencias, manifestando mi práctica a través del dibujo, grabado, la escultura y fotografía. Mis soluciones plásticas buscan establecer una reflexión sobre el cuerpo, que puede llegar a percibirse como objeto y como elemento parte de un engranaje capitalista complejo que es orquestado para el rendimiento perfecto, el consumo constante y el no descanso, donde en consonancia, se establece la concepción y valía del propio ser mediante la ausencia del error y la utilidad, que en su constante ejercicio desangran y cohiben.

Resumen

Polillas, escarabajos y café: entre el desgaste y el rendimiento, es un proyecto que explora desde la filosofía y la experiencia personal una contemporaneidad comandada por el deber hacer y el rendimiento, habitada por sujetos que asumen la autoexplotación, la hiperproducción y su nivel de utilidad como caminos por defecto para experimentar la vida y para poder validarse como sujetos. El texto presente busca exponer y cuestionar las dinámicas de hiperproductividad y autoexplotación impuestas por el sistema educativo y laboral, pues estos modelan cuerpos maquinizados que viven para producir y consumir, sucumbiendo al desgaste mental y físico como síntoma del mandato del rendimiento sobre la integridad del ser. La existencia queda cautiva entre el deber hacer y el deseo de parar.

Abstract

Polillas, escarabajos y café: entre el desgaste y el rendimiento, is a project that explores, through philosophy and personal experience, a contemporary world ruled by the imperative to act and to perform, inhabited by subjects who embrace self-exploitation, hyperproduction, and their perceived utility as default paths to experience life and validate their own existence. This text aims to expose and question the dynamics of hyper productivity and self-exploitation imposed by the educational and labor systems, as these shape mechanized bodies that live to produce and consume, succumbing to mental and physical exhaustion as a symptom of performance's dominance over the integrity of the self. Existence becomes trapped between the duty to act and the desire to stop.

Palabras clave:

Hiperproductividad, Autoexplotación, Rendimiento, Deseo, Desgaste, Maquinización, Producción, Sistema educativo, Sistema laboral.

Keywords:

Hyper productivity, Self-exploitation, Performance, Desire, Exhaustion, Mechanization, Production, Educational System, Labor System.

Justificación

La experiencia humana desbordante de cosas se somete la cotidianidad del siglo XXI y le vende el alma a las industrias e instituciones esperando adquirir la posibilidad de algo que le signifique, pues parece que todo acercamiento al sentido de la vida se traduce en la producción y materialidad. La vida se ha separado de la contemplación para dar paso a sociedades dominadas por el falso encanto de la aspiración y deseo incesantes suplidos por la compulsividad del exceso: bienes materiales, éxitos, estatus, etc., que son sustentados por la intimidante autodeterminación y transducidos por el rendimiento. Unos planteamientos de lo que quiero explorar residen en Byung Chul Han, ya que introduce conceptos como “sociedad de rendimiento” e “individuos de rendimiento”. Para Han (2010) los individuos de rendimiento habitan la sociedad de rendimiento, la cual goza de un insano exceso de positividad que produce no solo enfermedades mentales características de esta época, sino también la distorsión del humano a “máquina de rendimiento” de pulcro funcionamiento y excelsa eficiencia.

Mi interés por este tema se gesta desde la experiencia personal, ya que he padecido los males de estar circunscrita dentro de una sociedad con mentalidades que idolatran y normalizan la hiperproductividad y el consumo. En el colegio, aprendí a aspirar por la excelencia y el éxito gracias a que tanto mis padres como la academia me lo enseñaron, y entendí que estos requieren de la falta de errores, así como la necesidad de no parar, por lo que ahora me remito a pensar que más bien aspiraba (y aspiro) al rendimiento de una máquina funcional. Sin embargo, no solo es cuestión de haberse impuesto una meta y decir que ha sido nuestra decisión, es que la academia como institución requiere de explotar el cuerpo y la mente como condición para aquellos que quieren ser retribuidos con aprobación sincera y la excelencia. No hay universidad que se respete sin albergar a un montón de discípulos trasnochados y embebidos en café pensando que están en la mejor etapa de su vida como síntoma inicial de una “zombificación”. La academia no solo normaliza la sensación de miseria por el nivel altísimo de exigencias, sino que prepara al cuerpo para transformarse en una máquina, y esto es lo particularmente me intriga.

Dado que este tema tiene un componente social y cultural fuerte, considero pertinente hacer un llamado a la atención sobre estas dinámicas tóxicas de nuestra contemporaneidad a través de la reflexión que ofrece un trabajo de investigación creación, porque más allá de apoyarse en el conocimiento de profesionales, la dimensión estética permite alcanzar una sensibilidad diferente que se degusta de otra forma, que apela a las

emociones y la psique del espectador invitándole al pensamiento crítico y generando aprendizajes. Es importante hablar de esta sociedad que premia la explotación del cuerpo y la mente como ruta para cumplir aspiraciones y obtener placer ya que nos incumbe, como miembros de esta sociedad, preguntarnos si esta es la experiencia vital que vale la pena seguir y replantearnos si la validación de nuestra existencia se mide en qué tan útiles seamos, qué tanto produzcamos y qué tanto tengamos. Hay que preguntarnos si queremos seguir replicando mundos infinitamente aspiracionales frente a un cuerpo que tiene límites y que cada vez más pierde la posibilidad de solo parar, respirar profundo y con calma para contemplar.

A partir de mi experiencia personal con el desgaste y sus causantes termino de entender la magnitud que posee este fenómeno y reconozco activamente que estos padecimientos han trastocado las vidas de muchas más personas. De ahí que me interese explorar cómo la hiperproductividad y el consumismo conllevan a la “maquinización” del cuerpo para dar paso a las subjetividades de la experiencia del desgaste físico y psicológico.

Objetivo general

Indagar sobre el desgaste del cuerpo sometido a la hiperproductividad y consumo a través de una propuesta visual para la exploración de la percepción maquínica del cuerpo.

Objetivos específicos

1. Recopilar información teórica sobre la sociedad hiperproductiva y de consumo mediante la revisión de documentos filosóficos, examinando cómo generan la percepción maquínica del cuerpo para el establecimiento de una base teórica y el entendimiento del desgaste.
2. Explorar a través de entrevistas e introspección las implicaciones de la experiencia subjetiva del desgaste corporal y mental para la condensación de elementos conceptuales, visuales y estéticos.
3. Ejecutar una propuesta visual que dé cuenta del desgaste del cuerpo, la mente y el impacto de este en la vida.

Metodología

Quisiera comenzar esta sección hablando del estilo de escritura de este proyecto, ya que podría percibirse como partido en dos, generando una cierta tensión, pues a veces empleo una voz más académica destinada a la citación y en otras ocasiones una voz más laxa e incluso ligeramente poética para relatar experiencias y reflexiones propia. El motivo de esto recae en el enfrentamiento de mi educación previa en investigación cualitativa, que me marcó mucho por ser el método enseñado y exigencia de la academia a la hora de validar el trabajo de los estudiantes, con los parámetros de un trabajo de investigación-creación, donde se nos invita a romper un poco más el molde. Así que el resultado de maridar los requerimientos de tener referentes teóricos y artísticos y la exploración de mi propia voz, salvaguardándome del plagio, dio a luz a este estilo híbrido de escritura, que de forma tímida se anima y deja ver la intimidad de sus razonamientos y experiencias. Representa una tensión entre las viejas costumbre la academia, que incita a regurgitar una y otra vez la información existente silenciando la opinión de los aprendices, y los recursos del arte que responden a lo sensible, a la subjetividad y la divergencia.

El proyecto presente responde principalmente al enfoque de investigación-creación, siendo abordado en un inicio desde la revisión de referentes teóricos a través del método cualitativo ya que este trabaja con planteamientos “abiertos, expansivos, fundamentados en la experiencia e intuición” (Hernández-Sampieri y Mendoza T., 2018, p. 414); de ahí que el desarrollo intelectual y plástico a presentar se vea nutrido y mediado, más no supeditado, por dicho tipo de metodología, es decir, es un apoyo más no un objetivo en sí dentro del proceso. Este proyecto se puede desglosar en 4 partes: 1. Investigación y revisión de referentes teóricos desde la filosofía y de referentes plásticos, ambos congruentes con el tema del proyecto; 2. Experimentación con materiales para indagar sobre la materialidad del proyecto y realizar bocetos que exploren posibles recursos conceptuales y simbólicos; 3. Ejecución de entrevistas para entender el fenómeno desde la pluralidad y expandir los recursos simbólicos y conceptuales que podrían manifestarse en la solución plástica; 4. La creación de una pieza o instalación.

Para la primera parte del proceso, estableceré paralelos entre referentes filosóficos como Han Byung-Chul y Hannah Arendt, experiencias, reflexiones personales y también con obras de referentes artísticos como Franz Kafka, Félix Gonzales y Sun Yuan y Peng Yu. Esto con motivo de construir un dialogo entre la posición propia y el conocimiento

existente y también con la intención de identificar desde la plástica los elementos pertinentes para la solución visual de mi proyecto.

Para la segunda parte, la cual corresponde a la experimentación, revisaré en una primera instancia mis trabajos previos que por punto de contacto tengan la exploración del cuerpo bajo el desgaste, lo cual también ayudará entender lo procesual en mi interés y permitirá identificar recursos conceptuales y visuales que podrían emplearse en mi traducción plástica.

Figura 1

Desgaste



Identifiqué la pieza “Desgaste” que realicé en 2018, de la cual destaco ser un primer acercamiento desde el linograbado, que refleja el cuerpo cansado de una estudiante, su autora, que se rinde frente al cansancio psicológico y físico causado dentro de su institución, sin embargo, el acercamiento es distinto porque el cansancio aparece a raíz del ámbito social con los pares, en cuanto a la competencia por determinar quiénes eran mejores académicamente y relaciones turbulentas. Destaco de este trabajo la posición exhausta del cuerpo, sin embargo, me doy cuenta de que para este proyecto no busco

depender de representaciones tan literales y prefiero abordar desde lo conceptual, así como sucede en la siguiente pieza.

Figura 2

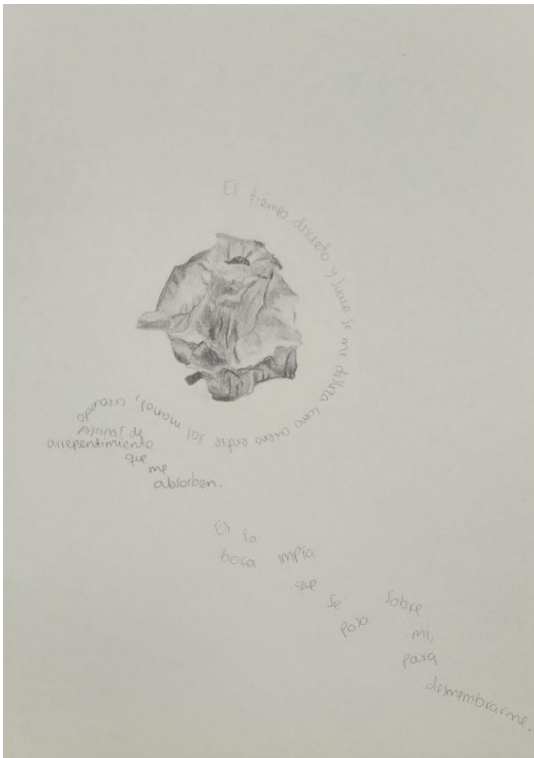
Cuerpo soluto



En 2023 surgió esta pieza de bombones en agua tibia explorando el desgaste desde la relación entre cuerpo y medio. El bombón simboliza el cuerpo matérico que se introduce y supedita a las dinámicas de un entorno, así como la condición humana le hace estar circunscrito en unas dinámicas sociales específicas que atraviesan su relación con el mundo intrínseco y extrínseco. El agua disuelve el caramelo de los bombones como una condición inherente, siendo su destino final desintegrarse para pertenecer al solvente, simbolizando como el cuerpo puede ser intervenido por las dinámicas sociales (algunas normalizadas) de forma constante, pues prima su instrumentalización. De esta pieza me interesa el acercamiento conceptual que se ayuda del ready-made y en sinergia funcionan como un medio que permite enfocarse en la transducción de la idea y mensaje que planteo, estableciendo reflexiones a través de objetos cotidianos.

Figura 3

Sin título



Para finalizar, esta pieza del 2023 plasma en gafito una exploración del desgaste desde la relación tiempo e hiperproductividad, además, concilia lo conceptual con la técnica más tradicional de dibujo. De esta pieza me interesa el uso de texto para la traducción plástica del proyecto, pues funciona como un brazo extendido del dibujo que es divergente y complementa el tratamiento conceptual. El texto escrito dice:

“El tiempo discreto y suave se me desliza como arena entre las manos, creando piscinas de arrepentimiento que me absorben. Es la boca impía que se posa sobre mi para desmembrarme”.

Aquí, la constante lucha contra el tiempo deja una estela que pone en jaque las rutinas hiperproductivas y su multitaskig, pues, al fin y al cabo, los ritmos biológicos del cuerpo se oponen con justa causa; los días se quedan cortos para balancear los pendientes, descansar y poder explorar otras facetas, por lo que no queda otra que quejarse de la duración de los días y el cansancio del cuerpo.

Continuando con la composición de esta segunda fase de experimentación, aprovecharé la asignatura de taller de escultura para hacer un acercamiento conceptual y escultórico más reciente al desgaste partiendo de un ejercicio sobre la antonimia, el cual me interesa como método para la creación en este proyecto. En este caso la antonimia “desgaste y conservación” fue la elegida y obtuve el siguiente proceso plástico hasta el momento:

Figura 4

Crisálidas



Este proceso cuenta con dos crisálidas como elemento contenedor de la antonimia gracias a su potencialidad (conservación) y proceso de gestación (desgaste), por lo que su materialidad se conforma de ramas que se ensamblan con alambre y se recubren con lana sintética, jugando con lo orgánico y lo artificial. De esta pieza me interesa la escultura como técnica y el uso de la antonimia para gestar la conceptualidad que es muy consciente de la formalidad.

Para finalizar esta segunda parte, la exploración que terminaré de ejecutar en el segundo semestre del 2025 será documentada a través de una bitácora que reflejará no solo apuntes sobre los referentes plásticos, sino también la exploración con materiales y fotografías de los procesos.

En tercera parte donde se ejecutarán las entrevistas, se usará como muestra a un grupo de estudiantes universitarios pregrado, incluyéndome, que hayan experimentado el desgaste corporal y mental al exponerse a las dinámicas hiperproductivas de la academia, para conocer y entender los causantes y consecuencias de este. Esta población deberá tener entre dieciocho y veintiséis años y nacionalidad colombiana. Los datos por recolectar de la muestra serán las subjetividades experienciales que aparecen dentro de las causas y consecuencias del desgaste. El método usado para intervenir a los estudiantes será mediante entrevistas semiestructuradas individuales para conservar la sensación orgánica del dialogo ya que esto podría evitar tenciones por parte de los entrevistados mientras que permite cuidar la prevalencia de preguntas de interés. Es importante mencionar que se trabajará con un consentimiento informado y habrá confidencialidad. El método que se aplicará a mi persona es una introspección propia, con el fin de explicitar componentes experienciales tanto causantes como consecuentes de dicho desgaste mental y físico. Las narrativas y padecimientos de dichas entrevistas y el proceso introspectivo darán cuenta de la complejidad y universalidad del desgaste, siendo fuente de inspiración y referencia para traducir de forma plástica la problemática presentada, ya que las narrativas en sinergia con los conocimientos de académicos me permitirán crear o emplear elementos conceptuales o materiales que de forma simbólica conforman un lenguaje para aludir al tema de interés.

La cuarta y última parte contiene el objetivo final de este proyecto, que es realizar una solución plástica orientada hacia la instalación o la escultura que invite al espectador a reflexionar sobre las dinámicas de hiperproductividad y consumo dentro de la sociedad, las cuales conllevan a el desgaste del cuerpo y/o la mente a través de la maquinización

del cuerpo. Si bien, en este primer semestre de 2025 escapa de mi conocimiento la especificidad de una solución plástica totalmente constituida, tengo conocimiento de posibles elementos que me gustaría implementar en la traducción visual de este trabajo: desde lo conceptual tenemos a el desgaste, el rendimiento, la autoexplotación y lo maquínico, y en cuanto a lo formal, el uso de pastillas o píldoras como referencia a las “drogas inteligentes”, el café, la carcoma, las crisálidas y el papel comestible.

Antecedentes

A lo largo de la historia de la humanidad el trabajo y la educación han estado presentes de formas diferentes. El trabajo y la educación en sí, sin ser muy ortodoxos con definiciones y condiciones contemporáneas, existe como piedra angular para el desarrollo de especie, pues ambos se relacionan primariamente con la supervivencia (Díaz, 2004; Engels, 1981): el trabajo lo hace desde la acción con tareas como la caza, la agricultura y la fabricación de herramientas, y, la educación lo hace desde la transmisión de conocimientos para que las nuevas generaciones puedan ejercer y propagar dichas actividades.

La educación como tal no tiene un punto de inicio ni temporal ni geográfico fijo en la historia, pues esta aparece hasta en las poblaciones más antigua desde lo social, sin embargo, la institucionalización de la educación y el sistema educativo son diferentes en cuanto a orígenes. En Colombia, podemos acotar el inicio de la presencia de estos últimos al siglo XIX (Robles M., 2016). Además, en cuanto al trabajo y sus dinámicas podemos remitirnos de forma concreta al Feudalismo de la edad media o la Primera Revolución industrial del siglo XVIII, siendo esta última de nuestro mayor interés.

La primera Revolución Industrial marcó definitivamente la historia de la humanidad gracias a la máquina de vapor que transformó los procesos de producción con la llegada de la mecanización y la aparición de la fábrica, trayendo consigo la producción en masa; sin embargo, las máquinas todavía dependían de la labor humana porque no reemplazaron toda la mano de obra en el sistema de producción, de ahí que, en las fábricas se juntaban numerosos trabajadores desamparados de normativas que les protegieran de la explotación laboral severa (Cartwright, 2023). Vuelven a surgir entonces las jornadas laborales largas, el trabajo extenuante, las condiciones insalubres y la labor no paga o mal paga. Esto representa un fuerte hito histórico del cuerpo que es empleado, deshumanizado y dominado por un sistema económico que fragmenta el trabajo y entiende al trabajador como una máquina más de la línea de producción.

Viajando nuevamente a la actualidad, el sistema educativo y laboral se ha convertido en una competencia por ocupar a los estudiantes y empleados, dando a luz a colegios, universidades y empresas o entidades que buscan el rendimiento y producción constante de aquellos que contienen.

Introducción

¿Cuántas cosas has hecho el día de hoy? Esta es una pregunta que nos puede llevar a descubrir sensación de placer o displacer, bien sea que se haya hecho mucho, poco o nada. En esta sociedad contemporánea regida por el maximalismo de los estilos de vida, la cotidianidad está infestada por la necesidad de hacer, no hay cosa más “atractiva” y “gratificante” que girar en torno a un montón de tareas que reposan sobre una pantalla o un papel esperando ser tachadas de una lista. Tener estas rutinas construidas en sucesos pendientes que programan la incertidumbre del futuro es un estilo de vida recurrente, pero la luz brillantemente encantadora es la promesa de satisfacción a través de sentirnos útiles y capaces a causa de nuestras propias capacidades ¿A quién no le han dicho alguna vez “sirva pa’ algo”? Genuinamente desconozco si alguien ha deseado ser o ha sido verdaderamente inútil con ese único propósito, pues últimamente siempre estamos pensando en producir cosas si no es que en consumirlas. Es normal pensar en el futuro, trazar metas a largo plazo, tener deberes o hacer cosas que no nazcan de nuestra propia motivación intrínseca, pero ¿Qué pasa cuando el propósito de la vida se convierte en emplearnos para producir sin cesar y rendir de forma de específica? ¿Dónde queda la experiencia estética, la exploración de la experiencia de vivir y la posibilidad de perseguir nuestras pasiones verdaderas?

La pregunta más cercana es ¿a qué me refiero con “emplearnos para producir”? pues bien, usualmente nos significamos a través de describir lo que hacemos e inconscientemente terminamos confundiéndonos con aquello somos, por ejemplo, cuando me preguntan quién soy termino diciendo automáticamente que me llamo Laura y soy estudiante de artes visuales, sin saber a ciencia cierta qué o quién soy. Hacemos tareas en el colegio y la universidad, hacemos deberes en casa, tenemos trabajos donde de una forma u otra terminamos entregando o haciendo cosas (así sea por partes), hacemos pinturas, esculturas, etc. Traducir la existencia mediante el hacer nos deja con la necesidad de producir para encontrar propósitos -muchas veces existenciales-, para sentir que no estamos “gastando oxígeno”, sin embargo, esta lógica de pensamiento indica que aceptamos la obligación de devenir por nosotros mismos dentro de una sociedad de rendimiento... esto último es la letra pequeña del contrato que se pasa por alto, y como dicen por ahí: el diablo está en los detalles.

No es problema hacer o tener que hacer per se, no es problema ser libre y tener iniciativa, el problema es el ritmo y la cantidad de cosas por ejecutar que se asocian vacuamente con la meritocracia. De esta forma, dicho brillante imaginario se ve atareado frente al montón de polillas que se chocan vigorosamente, atraídas en un desorientado trance, contra sus diáfanas caras de cruda realidad. Debo confesar que desde hace años soy más polilla que cualquier otra cosa.

Gaslighting: sociedad de rendimiento

Han Byung-Chul introduce el paradigma de la sociedad de rendimiento al observar una sociedad ahogada en positivismo gracias a lo que él considera la transformación de la sociedad disciplinaria de filósofo Foucault, en la cual Byung-Chul indica que manda el *deber hacer*, la prohibición y la delimitación de barreras; dicha transformación fue causada por la desregularización, la pérdida de negatividad, la restricción y el alejamiento de las instituciones disciplinarias; esta nueva sociedad de rendimiento lleva por insignia el verbo *poder* y su infinito alcance, donde este *poder hacer* releva al paradigma disciplinario de Foucault para incrementar la productividad inscrita al inconsciente social que mantiene el *deber hacer* y ansía inmanentemente llevar al máximo su producción (Byung-Chul, 2010).

Vivimos en una sociedad donde muchos sostienen a la iniciativa o, mejor dicho, la falta de iniciativa como principio de parsimonia, donde las bocas se llenan de seguridad con frases como: “el pobre es pobre porque quiere”, “si puedes soñarlo, puedes hacerlo”, “solo estiran la mano y quieren que les den”, “ya nadie quiere trabajar”, etc. Y sí, ya nadie quiere trabajar si conoce de antemano que la meritocracia es labiosa y mentirosa, por lo que no necesariamente ganas más si te esfuerzas más, y de paso, te van a exprimir hasta última gota bajo condiciones laborales dudosas e insufrible... perdón, me emocioné, vamos por partes.

Se espera que la iniciativa del sujeto y su motivación desbloqueen todo tipo de obstáculos correspondientes a diversas dimensiones: la económica, política, de género y sexo, racial, etc. incluyendo problemáticas sistemáticas e invisibilizando el verdadero impacto y consecuencias de verse atravesado por alguna de estas. Es decir, la sociedad de rendimiento espera que el sujeto devengue por sí mismo (Ehrenberg citado en Byung-Chul, 2010), y esto combinado con la imposición del rendimiento deteriora profundamente al ser. Sobre esto Byung-Chul (2010) indica que “lo que enferma no es el exceso de responsabilidad e iniciativa, sino el imperativo del rendimiento, como nuevo mandato de la sociedad del trabajo tardomoderna” (p.29), y me atrevería a decir que esto mismo ocurre dentro la academia.

Recuerdo que en mis años de primaria y secundaria escuchábamos anécdotas terroríficas sobre las dinámicas ejercidas a los estudiantes dentro de colegios como el Diana Oese, donde parecía que a los profesores y rectores les importaba más ver a los estudiantes como cosas productoras de resultados buenos para presumir en los rankings frente a

otras instituciones que como seres humanos integrales. Me viene a la mente escuchar a dos niñas recién llegadas a mi colegio en el grado quinto, explicándonos la gran cantidad de tareas que todos los días les ponía su anterior colegio, tareas complejas que les tomaban varias horas en solucionar después de un extenso día en la institución; además ambas estaban practicando natación de forma muy seria y competitiva, pero dicha institución les pedía que dejaran su deporte, al que le habían invertido años, para que se concentraran solo en cosas del colegio. Me parece impresionante conocer como esas instituciones pueden ejercer tantos niveles de estrés y displacer emocional en una gran cantidad de estudiantes, incluso siendo estos niños de primaria, a través de sus normativas, su misión y visión, pues nunca faltaban las historias de alumnos de otros colegios (o del propio) que se la pasaban deprimidos y embebidos por la competencia insana contra todo su curso. Este tipo de instituciones académicas se montan en la aplanadora más grande que encuentran y se enorgullecen de extirpar la integralidad humana de sus estudiantes, pues de cara al público, destilan vigor al mostrar todo éxito (un resultado) que nace de una producción académica dolorosa.

Nos enseñan en la academia tradicional y en el trabajo que los resultados poseen más valor frente a los procesos, que el éxito está en el buen rendimiento y que frente al mal rendimiento o un proceso fallido hay que fingir demencia ¿pero es realmente cierto que el fracaso no es digno de observación y reflexión? Bueno, es una pregunta que debí hacerme mil años antes, o más bien, que debieron enseñarme antes de convertirme en la mejor perrita académica pavloviana. El problema de sociedades de rendimiento, donde habita la hiperproductividad, y se forma a través de una academia que nos prepara para habitarla es que no aprendemos a ver la dimensión integral del ser, tampoco que el intelecto, la academia, el éxito y la utilidad o trabajo no son los únicos transductores de existencia o felicidad, no son las únicas formas válidas de experimentar una vida digna o encontrar una finalidad.

Esta sociedad de rendimiento encabezada por la abundante positividad para Byung-Chul (2010) es violenta y resulta en la “superproducción, el superrendimiento” (p. 21). El decrepito sueño americano y su tan preciada meritocracia resuenan mucho con la autoexplotación, pues, esta promete una regla simple dentro de la sociedad que sentó bases: más es más y menos es menos. Es la promesa a forma de oportunidad de tener lo que deseamos y lo digno sin importar de donde vengamos o partamos, bajo la única condición de trabajar duro en cualquier ámbito, siendo que el esfuerzo y producción

sostenida a través del tiempo son la llave secreta para un mundo utópico sin barreras. En la actualidad esta lógica ingenua sigue encarnada en la sociedad colombiana, pero ahora muta y surge como la autoexplotación del individuo dentro de sistemas y gobiernos cojos que no recompensan al que siempre hace más. Pero ahí nos quedamos todos estancados, porque fuimos criados dentro de la lógica de devenir por nosotros mismos dentro de sistemas que priorizan el éxito del ser más que cualquier otra cosa. Vivimos en una sociedad acérrimamente capitalista que nos ha enseñado a convertir la confusión de la existencia en consumo como prueba de que la abundancia que viene con el éxito es el fin último. No sólo es consumo de objetos, es el consumo del cuerpo, es un acto caníbal que se ejecuta sostenidamente para poder rendir cuentas a una meritocracia ciega vestida de éxito que ya ni se esfuerza en observar su esencia, y por eso, necesitamos hablar del sujeto.

Escarabajos cafeinicos: habitantes de una sociedad de rendimiento

La Real Academia Española (2024) define la palabra rendimiento como “Producto o utilidad que rinde o da alguien o algo.” (párr. 1), pero ¿cómo reinterpreta este significado Byung-Chul con relación al sujeto? Para esto, es importante saber que quiénes habitan la sociedad de rendimiento según Byung-Chul son los *sujetos de rendimiento*, y esto nos permite contextualizarnos como sujetos sociales. Este sujeto de rendimiento si bien está controlado por el verbo “poder” conserva la costumbre del verbo “deber”, por lo que ha transitado una etapa disciplinaria, adicionalmente es un sujeto supeditado a la autoexplotación y a devenir él mismo. Pero ¿Acaso hay alguien o algo que nos esté obligando como sujetos de rendimiento a laborar o que nos esté explotando? Byung-Chul (2010) indica que no, que el sujeto de rendimiento es independiente, emancipado y estaría doblegado a sí mismo, sin embargo, no hay libertad ya que esta falta de un sometimiento externo resulta en que la coerción y libertad junten caminos; es decir, el sujeto vive en una ilusión de libertad donde aspira o busca voluntariamente autoexplotarse al tener un superrendimiento, generando así violencia, específicamente lo que el autor denomina *violencia neuronal*. De este caldo de cultivo obtenemos al sujeto que se entrega “a la libertad obligada o a la libre obligación de maximizar el rendimiento” (Byung-Chul, 2010, p.31).

Este tipo de metas o deberes se cuelan de formas intangibles en nosotros: con la crianza, la cultura y lo aspiracional. En el marco de una sociedad que produce sujetos adictos al consumo, el rendimiento se puede vincular con nuestras vidas a través del deseo, a forma de una apetencia que busca ser satisfecha, y la producción, pues, este primero es el impulso que inicia o sostiene lo que acontece en la producción (poder hacer), la cual proporcionalmente indica el nivel de rendimiento del que se espera que, a mayor cantidad, mayor posibilidad de satisfacer el deseo (que requiere consumo); de esta forma se construye un ciclo de consumo. Sin embargo, dudo que un trabajador chino explotado por una multinacional a sabiendas de su propia patria reconozca que un mayor rendimiento por su parte equivalga a mayor capacidad satisfacer sus apetencias, sino es que a duras penas le alcanza para suplir sus necesidades... pero ahí aguanta, supeditado a un montón de variables que le hacen trabajar en condiciones de explotación laboral.

Felix Gonzales-Torres es un artista que, con su obra de 1991 no titulada oficialmente, pero nombrada como “Retrato de Ross en L.A.” apela directamente al consumo y el cuerpo.

Figura 5

Sin título (Retrato de Ross en L.A.)



Nota. “Sin título” (Retrato de Ross en L.A.), 1991 en Art Institute of Chicago, Chicago.

Fuente: Art Institute of Chicago (2025)

Esta obra surge en honor a Ross Laycock, una pareja del artista que murió a causa de las complicaciones del SIDA. El artista busca reflejar a través del peso de la obra cómo el cuerpo se deteriora poco a poco (Art Institute Chicago, s.f.) y además, cabe destacar que parte de la intención del artista es que el público intervenga la obra tomando los caramelos. A pesar de que su origen inicial está en el consumo del cuerpo por la enfermedad, a nivel personal destaco que su significado puede migrar para hablar de la industria, el cuerpo y el deseo. El caramelo duro está compuesto principalmente de azúcar, un producto insignia de la industria confitera y que puede generar adicción a través del placer que genera en sus consumidores, creando incluso relaciones de dependencia: azúcar que genera dopamina, cuerpos que consumen a través del deseo. Esta relación, plantea un consumo bidireccional, concepto que destaco en este referente plástico y por lo cual lo llamo a cuentas, siendo también un punto clave para concebir la propuesta visual de este proyecto; dicha dinámica no solo aparece desde la enfermedad interna, sino desde el público que desea tomar los caramelos y de cómo la ingesta de esa materia prima no es inocua en el cuerpo y puede contribuir, dependiendo de su ritmo de consumo, al desarrollo de enfermedades como la diabetes, caries, obesidad, etc.

Siguiendo esta línea del deseo constante con relación al consumo, traigo a colación la aparición de tecnologías que nos brindan un fácil acceso al placer a través de las

pantallas, lo cual ha creado esclavos dopaminérgicos. Los Millennials, la Generación Z y la Alfa hemos aprendido que siempre es posible desquitarse con el teléfono, pues este es el “sana, sana colita de rana” para cualquier atisbo de estrés, aburrimiento o malestar emocional al poseer aplicaciones como Instagram, Tik Tok, YouTube u otros videojuegos que se han diseñado para enseñarnos lo adictivo de la recompensa instantánea. De esta forma, dichas aplicaciones pueden funcionar como espacios de evasión, pero principalmente, se convierten en “minas de satisfacción” donde es fácil perderse entre el movimiento ascendente de dedos que buscan extraer una y otra vez pequeñas dosis de dopamina que enganchan; nadie nos ha obligado a hacer scroll hasta el cansancio, pero en realidad, nos hemos convertido en sujetos que viven a través de la satisfacción y el deseo y están motivados por estas. Me atrevería a decir que esta conducta obsesa por la satisfacción inmediata o constante es un factor que incrementa la aparición de sujetos que buscan maximizar su rendimiento con motivos no solo de alcanzar el éxito al que han aprendido a aspirar sino también como medio para sostener el consumo que su gran apetencia (deseo) requiere o que de forma aspiracional, frente a la falta de asequibilidad, busquen satisfacer, pues permanece como una promesa que puede ser alcanzada eventualmente a decisión de uno mismo.

Aquí se encuentra el meollo del asunto como sujetos de rendimiento: primero, que aceptamos y normalizamos la idea de autoexplotarnos para hiperproducir, y segundo, que voluntariamente compramos la idea de que la satisfacción es el fin último de todas las cosas; diría yo que esta es la peor alucinación del siglo XXI... nos perdimos en el camino de la vida observando la centellante pirita, y dentro del dominio, se nos olvidó la fragilidad del cuerpo.

La autoexplotación, aparentemente, es la relación parasitaria más novedosa para poder realizarnos. Si bien reconozco el concepto de autoexplotación que plantea Byung-Chul, quisiera sugerir que el sistema educativo y laboral también son concedores de las dinámicas de hiperproductividad que gestan, de la explotación que ejercen a sus trabajadores y estudiantes y del adoctrinamiento de sus cuerpos, por ello este asunto va de parte y parte. Por ejemplo, el estudiante de medicina se autoexplota y es explotado por la academia para lograr ser médico, y en general dentro de la academia, aquel que desea la excelencia como alumno se autoexplota y es explotado para lograr algo de reconocimiento; así mismo, en un mundo donde la economía y el dinero son deidades, el

trabajador se autoexplota y es explotado para evitar el desempleo y la vulnerabilidad social.

A veces siento como si algo sobre natural me hubiera sentado de golpe en una silla para decirme “a ver piroba, usted vino fue a estudiar” y cuando por fin me paro para recibir el diploma, después de tener el papel en mano, me pega una patadota en el culo mientras me dice jocosamente “ahora trabaje hasta que se muera, a menos de que alcance pensión o logre estar cagada en plata” y para rematar, mueve su mano a forma de despedida y me dice “éxitos”.

Instituciones educativas y trabajo: vivir para trabajar o trabajar para vivir

Como experiencia, llamo a cuentas cuando estaba en segundo de primaria; recuerdo que en mi salón tenían un cuadro de honor, el cual era un rectángulo de madera colgado en la pared donde de forma macabra y jerárquica reposaban fotos de algunos compañeros del salón, y alrededor de él nos agrupábamos para ver echando nuestras cabecitas bien para atrás ya que colgaba alto. En este, la fotografía de más arriba indicaba el mejor promedio y debajo suyo reposaban los otros dos mejores promedios. Recuerdo que muchos llegaban con rapidez a verlo cuando recién lo ponían, pero la emoción duraba poco al ver que su foto o nombre no estaba ahí, incluyéndome. Solo años después caí en cuenta de lo dañino que era este rectángulo desalmado y demás dinámicas similares, pues conlleva a que los niños aprendan a premiar los resultados frente a los procesos, les implanta una sensación de competencia académica donde los demás compañeros se convierten en obstáculos en lugar de apoyos, y lo más importante: los prepara para vincular su autoestima con “su utilidad”. Estas tres anteriores cosas también forman parte de una inducción del sujeto al concepto de rendimiento, que más adelante, bien sea en la vida escolar, universitaria o laboral, se puede ir reforzando cuando de forma cociente o inconsciente aprendemos a ligar nuestro rol social asignado directamente con el rendimiento; por dar un ejemplo de esto, en el campo escolar y universitario existen personas que se dejan de percibir como seres integrales para percibirse a través de las calificaciones que sus maestros les asignan, o, en el campo laboral habrán personas que se definan a través de logros como ascensos, posiciones en la jerarquía laboral, su salario y lo que este les permite comprar o la cantidad de cosas que deben hacer (producir) e incluso qué tan ocupados están.

Por su parte, la universidad y su ritmo de trabajo elevado normaliza estilos de vida trasnochados para poder dar pie con bola a todos los trabajos que hay por hacer, teniendo en cuenta que, con justa causa, la educación no es el único ámbito al cual se le debe invertir energía y atención bien sea por necesidad (los que trabajan y estudian o deben hacer labores domésticas) o por salud integral (dimensión social y la recreación). A partir de estas lógicas, hemos interiorizado y normalizado conductas nocivas con la idea de que eso es lo que hay que hacer para poder rendir en algo o producir algo, mejor dicho “vivir”, y, así mismo se mimetizan los victimarios de un montón de estudiantes y profesionales que sucumben ante el burnout, el desgaste emocional, la ansiedad e incluso depresión. Sobre esto, de Pablo et al. y Dzięgielewski et al. (citado en Palacios S. et al., 2012)

indican que, efectivamente, para los universitarios el desempeño académico y aprendizaje dentro de las instituciones son estresores significativos que dan paso al estrés académico. Esto vendría siendo una fase introductoria de que alcanzar el estatus crónico podría resultar en el Síndrome de Burnout Académico (Palacios S. et al., 2012).

Observar la relación entre el estudio formal y el trabajo es vital ya que Caballero D. y Bresó (2015) indican que:

Si bien es cierto que los estudiantes universitarios no son trabajadores en un sentido formal, contractualmente hablando (...), desde un punto de vista psicológico y social, muchas de las actividades que realizan son comparables a las que lleva a cabo cualquier trabajador (...). Al igual que los trabajadores formales, los estudiantes universitarios pueden llegar a encontrarse en condiciones de padecer riesgos y daños psicosociales (pp. 83-84)

La academia no es del todo mala, pero sí es esa primera instancia que nos hace sentirnos explotados a algunos cuantos. Si bien es cierto que nuestras experiencias en el colegio o la universidad pueden ser distintas, en muchos casos las metodologías empleadas por las instituciones educativas funcionan como preparación y adaptación a las dinámicas laborales de autoexplotación necesarias para la producción del trabajo (Mallarino Flórez, 2013), operando este amoldamiento desde la motivación extrínseca (que en algunos casos puede ser intrínseca) y la normativa.

Entonces, el ser humano contemporáneo vierte toda su energía vital para rotar viciosamente alrededor del rendimiento académico o laboral, por lo que entregará su cuerpo primero a la academia, que le preparará para someterse a la sociedad de rendimiento y por añadidura al trabajo, y después, a los sistemas económicos a cambio de poder llevar una vida digna que además brinde la posibilidad de acceder al ocio y la comodidad. Desde que somos pequeños se nos inculca la necesidad de trabajar para poder vivir y es curioso que no se nos enfatiza sobre el placer que el trabajo en algo que genuinamente nos guste, bajo dinámicas justas y saludables, puede producir, sino que hay un hiper foco en la necesidad de trabajar con fin último de obtener dinero para subsistir. Respecto a esto, Arendt (2009) indica que después de la humanidad socializada:

Ya no era necesaria ninguna de las más elevadas capacidades del hombre para conectar la vida individual a la de la especie; aquélla pasó a formar parte del

proceso de la vida, y lo único necesario fue trabajar, con el fin de asegurar la continuidad de la existencia de uno y la vida de su familia. (p. 345)

El trabajo entonces es una condición necesaria que muchas veces se asume desde el displacer y el vasallaje, no una actividad humana que nos permite acceder a la creación (y eventualmente la evolución), el placer, la investigación y exploración, el conocimiento y lo más interesante: una forma material de explorar la experiencia vital y sus subjetividades tanto de forma individual como grupal. No es erróneo que dentro de la existencia aparezca la posibilidad de trabajar y rendir, pero sí es un problema configurar y sintetizar la existencia al trabajo y el rendimiento.

Arendt (2009) propone la existencia del *animal laborans*, un ser humano que ha migrado del trabajo de sus manos al trabajo de su cuerpo a causa de la unificación del cuerpo y el utensilio, donde el movimiento de su práctica se fortifica gracias a la máquina; es un ser que sucumbe frente su capacidad de trabajar para centrarse en poder suplir sus necesidades y subsistir, quitando el foco la trascendencia de las cosas y teniendo una vida a nivel social similar a la del rebaño. Este concepto de Arendt combinado con los Byung-Chul me permiten concluir que vivimos en una contemporaneidad habitada por primarios zombis de rendimiento que estudian, maduran y se convierten zombis de trabajo, que posteriormente se reproducen entre ellos, pero al fin y al cabo, siguen siendo cadáveres mecánicos e inconscientes infectados sistemáticamente por políticas económicas y dinámicas sociales, vagando por la tierra con conciencias adormiladas o silenciadas.

Hablando del animal laborans, me viene a la memoria una novela corta llamada “La metamorfosis” escrita por Franz Kafka (1946). En ella se relata la historia de Gregorio Samsa, un hombre bien trabajador por el ser el único proveedor de toda su familia, el cual se despierta un día como un “monstruoso insecto” (par. 1). Quisiera hacer un pequeño paréntesis para añadir que de esta metamorfosis me inspiro para incluir la figura cargada de significados del escarabajo en mi título y subtítulo, aclarando que, si bien Kafka nunca indica que es este insecto en particular, se asume por la forma en la que es descrito. Gregorio es el único que trabaja, dentro de un hogar compuesto por su padre, madre y hermana, y lo hacía como viajante de comercio bajo mucho agotamiento y mucha presión para poder pagar la deuda de su padre. El día en que se despertó como escarabajo, no podía sino pensar en el trabajo: que no se levantó al sonar el despertador y que por eso no llegaría a tiempo para tomar el tren que le llevaría a iniciar sus labores, y demás,

estaba muy preocupado por la reacción de su jefe a causa de su deshora para presentarse. Gregorio no se detiene a pensar en su nueva apariencia física, ni siquiera entra en pánico, su objetivo principal es funcionar como si nada hubiera acontecido para seguir la rutina, de ahí que, este personaje es una clara representación de un animal laborans, impulsado por suplir las necesidades biológicas de él y su familia a través del trabajo, subyugado también por las deudas de su padre. “La metamorfosis” nos habla de cómo el sujeto se deshumaniza y se concibe como un productor y consumidor de bienes y servicios, lo cual es motivo de que lo emplee como referente artístico también, pues estos conceptos representan para mí un pilar central en la concepción conceptual de la propuesta visual resultante de este proyecto. A nadie le preocupa el Gregorio insecto porque ha perdido su utilidad como proveedor del hogar y como empleado, se ha convertido en un ente monstruoso en su no rendimiento más allá de su apariencia física. Su cuerpo ya no puede ser empleado, ya no puede ser maquina y no resulta beneficioso para nadie, por eso es maltratado, recluido y descuidado, siendo concebido desde la otredad y el estorbo por aquellos que alguna vez apreció, para los cuales proveyó y por aquel al que alguna vez le ofreció su energía vital.

¿Objeto o cuerpo?: la maquinización del cuerpo

A través de mi experiencia con la academia y al observar a mis padres en su contexto laboral concluí que a las dinámicas económicas y sociales contemporáneas les encanta observarnos como máquinas, donde el cuerpo hace parte de un engranaje complejo de producción, uno de muchos. Todo se trata de servir a x o y empresa o institución, de ser útiles y productivos.

Solo a través de la deshumanización, el cuerpo muta para convertirse en objeto y reestructurar su connotación hacia la utilidad, la productividad y la eficiencia a través del trabajo y el rendimiento; cuando esto ocurre, el cuerpo se concibe como algo maquínico, pasa a ser más metal que carne porque fue educado para encajar en un gran engranaje económico que no hará más que aprovecharlo.

Quisiera que fuera mentira, pero estoy segura de que esta contemporaneidad habitada por millones está llena de personas que atraviesan situaciones similares; bien sea en el colegio, la universidad o el campo laboral, las “dinámicas extractivistas al cuerpo” que imponen las instituciones producen a fin de cuentas desgaste en los miles de cuerpos y mentes, más o menos ingenuos, que administran y poseen para su beneficio y enriquecimiento. El cuerpo se diluye volitivamente para dar paso a una alquimia funesta que se presenta por defecto, mutándole la intención y con ello su indeterminación y potencialidad. Ahora el propósito es hacer según lo estipule el sistema económico para tener y ser, simplificando la subjetividad del cuerpo a lo estipulado en el manual de convivencia de un colegio o universidad y posteriormente al contrato laboral, el cual en la mayoría de los casos crea “trabajadores desechables”, piezas que se pueden ensamblar y desensamblar a conveniencia casi siempre con impunidad.

Ser concebido como máquina implica estar sujeto a un montón de tareas que no paran de llegar bajo la expectativa de ser ejecutadas en intervalos de tiempo ridículos y con una calidad excelente y minuciosa. Por eso, a los médicos de consulta externa se les dan sólo veinte minutos para poder atender a pacientes que pueden tener historias clínicas complejas y de reposo, muchos tienen que trabajar bajo contratos diabólicos que solo les reconoce monetariamente el paciente visto y no sus horas en el lugar de trabajo; por eso el estudiante tiene que aguantar profesores de egos cuestionables que están convencidos de que la materia que dictan es la única que existe y de acuerdo a ello dejan múltiples trabajos extensos; por eso hay colegiales en Corea del Sur tomando clases externas

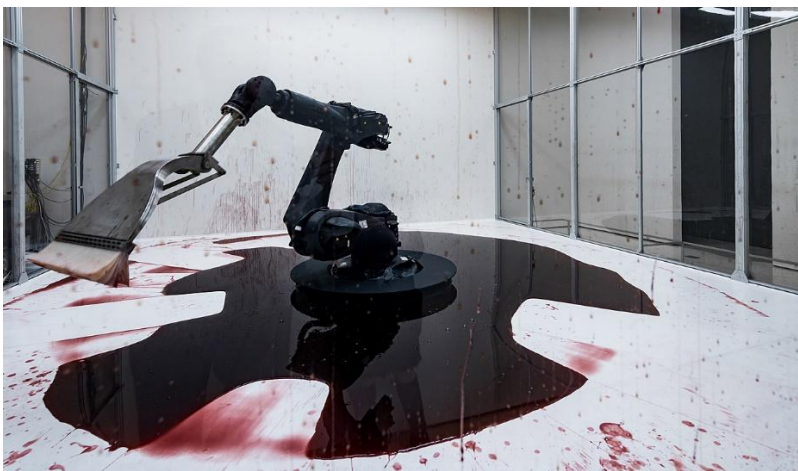
hasta la media noche en academias (que no son su colegio) en pro de tener una oportunidad de entrar a la universidad frente a la inmensa competitividad.

¿Si nos hemos sentidos afectados y subyugados por el sistema educativo y laboral, por qué les hacemos el centro de nuestras vidas?

Este tipo de temas me recuerdan a la obra “Can’t Help Myself” realizada por Sun Yuan y Peng Yu en 2016.

Figura 6

Can't Help Myself



Nota. Can't Help Myself. Sísifo 2.0, 2016 en Guggenheim Museum, New York. Fuente: Guggenheim Museum (2024)

La obra consta de un robot destinado a mantener cerca de sí un fluido rojo que se expande por el suelo. De un inicio vigoroso pasa al cansancio de una tarea casi que eterna y repetitiva que transforma lo efectivo en deficiente y lo energético en desalentador para visibilizar la fragilidad (Calvo Santos, 2023). Para mí, esta obra es importante para la traducción plástica de mi proyecto a través de la representación del funcionamiento incesante bajo el rendimiento, que repercute en la percepción del cuerpo tornándolo en algo maquínico, y que es cada vez más ineficiente para realizar aquello para lo que fue concebido a causa del desgaste; representa una apreciación objetual del sujeto, el cual no solo se instrumentaliza, sino que se circunscribe a los ciclos productivos donde la repetición y la expectativa del cuerpo como máquina carcomen su integridad.

Por allá donde revoloteo dejo estelas de carcoma: el desgaste

Palabras de una Laura del 2024:

Inmóvil y estancada en el azul del sofá, con la cara aplasta sobre la colcha y el cabello enmarañado mientras recuerdo todo lo que debería hacer. El tiempo parece estar estancado y el calor de mi pesada respiración sofoca en la usencia de cualquier atisbo de brisa, entretanto, debato la idea de la rendición enfrentada a la productividad y pienso que sería mejor ser engullida por este cómodo objeto que me sostiene. De esa forma, en su obscuro y silencioso interior encontraría el descanso de mi cuerpo, libre de tensión y cualquier esfuerzo, justamente inhabilitado ¿Cómo sería posible pedirle a un simple sofá que entregue tres trabajos para el martes?

Rendirse ante la rendición: someterse a la entrega de o avasallarse a la derrota. Siempre es la misma disputa entre mis ojos plúmbeos y músculos cansados pidiendo a gritos que pare ya porque no pueden soportar ni un poco más de gravedad, sin embargo, me pellizco la carne con gachos esperando tener la suficiente fuerza para suspenderme entre hilos que de halarme me dejarían erguida y lista para emular cualquier movimiento. Y comienza el juego disyuntivo donde se es títere y titiritera, pues mi débil cuerpo igual debe moverse a razón de mi perfeccionismo y el deber como pase seguro a un rendimiento satisfactorio, reforzado por ciclos de producción inacabables.

El agotamiento de mi cuerpo existe duerma o no; si fueron más de 6 horas o menos le es igual porque en el día la vitalidad me abandona. Los ojos me traicionan y comienzan a cerrarse, sin embargo, no tengo la fuerza suficiente para contrariar. La cabeza se torna pesada y comienza a balancearse mientras que las palabras se tornan difusas en mis oídos. Parpadeo fuertemente. Vuelvo. Lo que dice el maestro es importante y como puedo tomo el lapicero negro y comienzo a escribir. Las letras chuecas y débiles se desparraman de la cuadrícula en la hoja y aparecen temblorosas mientras mis ojos continúan entrecerrándose. Desfallezco mientras me muero de la vergüenza.

A este punto no sé qué sucede exactamente conmigo. A veces puedo notar explícitamente que es la falta de sueño si el día anterior he dormido poco, sin embargo, cuando duermo bien sigo estando cansada y en varias ocasiones del día mi cuerpo me pide reposo y descanso al invadirme una bruma calida y dulce de sueño que me adormila. Solo puedo asegurar la impresión de mi madre y sus palabras: “¿Cansada de qué?” o “Pero yo estoy más vieja que tu”.

Fin.

Traigo a colación mi experiencia, para decirles de forma más literal que a inicios de 2024 no conocía que mi vida finalmente cruzaría camino con el burnout académico, justo por la época donde me encontraba cursando el segundo semestre de doble titulación con psicología y honestamente... nunca me había sentido tan usada. De enero a mayo lo único que hice fue acostarme cerca de la madrugada o en ella, con los ojos cuadrados y pesados por tener que hacer un sinfín de trabajos y lecturas que, de no hacer, ponía en riesgo mi desempeño académico y yo no quería eso. Realmente no tenía tiempo de hacer algo más que trabajos: me gané discusiones en mi casa por no poder hacer tantas labores domésticas, a duras penas pasaba algo de tiempo con mis amigos, casi no tenía tiempo de hacer ejercicio y no tenía un descanso verdadero cuando dormía. Me sentía extremadamente fatigada a cualquier hora del día, incluso si había tenido la suerte dormir ocho horas no importaba, pues había varios días donde tenía múltiples micro sueños en las clases o luchaba entre cabeceos mientras escribía con una letra cada vez más fea y torcida. Intentar llevar mi cuerpo al ritmo que me proponía la institución afectó significativamente mi salud mental y es en este evento canónico donde mi relación con el desgaste, la hiperproductividad y la autoexplotación se estrechan.

La producción y el rendimiento exhaustivos no solo desgastan el cuerpo en su ejecutar, sino que también aparecen como una carga mental que no necesariamente debe trascender al acto para consumirnos y causar desgaste emocional. Esta dupla no solo acelera el proceso de desgaste mental y físico, sino que plantea un “autocanibalismo” a través del consumo de nuestro cuerpo en pro de saciar apetencias constantes y de cumplir su mandato. Maquinizar el cuerpo a través de una sociedad de rendimiento produce personas propensas a problemas de salud mental, dando espacio al agotamiento, al deterioro y al burnout (Byung-Chul, 2010), a personas cansadas, hiper estimuladas, aceleradas y consumistas.

Es realmente un problema normalizar y aprender dinámicas de autoexplotación e hiperproducción, pero frente a esto, al parecer lo único que sabe hacer la generación X y los baby boomers es pensar que los que nacieron después de ellos son una parranda de degenerados sensibles que de la nada deciden tener más problemas de salud mental, en lugar de cuestionarse cómo ellos han reforzado y transmitido estas dinámicas en las

generaciones más actuales. Como estudiantes, es usual ver y escuchar a amigos y compañeros que experimentan constantemente cansancio físico y mental a causa de la academia, pero así mismo he tenido la experiencia de observar como la vitalidad y salud mental de mis padres se ve perjudicada por dinámicas laborales explotadoras. Es de vital importancia entender que estos no son casos aislados, sino que son dinámicas destructivas que se ciernen sobre millones de personas e impactan sus vidas de forma significativa.

Cuando el cuerpo es más máquina que carne, normalizamos el desgaste a tal punto de que una opción lógica pareciera ser hacerle caso omiso. El cuerpo y la mente gritan ferozmente entre desgarros, pero todo es en vano, ya que solo reciben la ignorancia necesaria para que no duela tanto y así continuar el ciclo destructivo que se sirve de las industrias. Los analgésicos nos permiten ignorar las migrañas, tensiones musculares y dolores de cabeza a causa del estrés, la falta de sueño y la larga exposición a las pantallas; el café nos permite abusar de él para decirle a la adenosina que se joda un rato y así no sucumbir ante el sueño que reclama descanso frente al cansancio o la fatiga; las “drogas inteligentes” como las anfetaminas nos permiten intensificar la motivación para laborar y la energía a nivel mental, siendo que este conglomerado de drogas son en su mayoría adictivas y podrían tener graves efectos secundarios (Gorvett, 2018; Morris, 2018), sin embargo son una opción considerada por algunos estudiantes y trabajadores para rendir bajo cualquier exigencia. Todo con tal de no parar o dar la talla.

Cuando el sujeto de rendimiento se ha cansado de autoexplotarse, de hiperproducir y definirse a través del logro, es porque se ha dado cuenta de que estas dinámicas son insostenibles; su cuerpo está fatigado, pesado y adolorido, por su parte, la mente está nublada, lenta y aturdida. Entre la insoportable astenia, el cuerpo y la mente gritan por liberarse para sucumbir ante la búsqueda de descanso, de un dulce estado de coma que les devuelva el aliento. Dentro de este desgaste surge la necesidad de detenerse y a través del daño se recupera un poco de conciencia que nos permite cuestionarnos no solo nuestra conducta y sus motivaciones, sino también el funcionamiento de nuestras sociedades. Lo triste es tener que tocar fondo para comenzar a prestar atención no solo a estas conductas y pensamientos autodestructivos, sino también al contexto que las gesta, para quizá poder revelarse.

Con todo esto planteado a lo largo de los capítulos quiero invitarnos a reflexionar sobre nuestra condición como sujetos de rendimiento, travesados por el apetente deseo

incesante que nos lleva a consumir no solo “cosas” sino a nosotros mismos. Me parece pertinente entender como el rendimiento atraviesa la academia para constituirnos como sujetos destinados a encajar en los engranajes económicos a través del dominio, maquinización del cuerpo y su explotación, volcando así nuestra existencia sobre el rendimiento y el trabajo (producción). Por último, pero no menos importante, permítete el tiempo de reflexionar: ¿A qué le estás entregando tu cuerpo, mente y experiencia vital en realidad? Olvídate también por un momento de todo lo que te enseñaron a desear y de lo que te dijeron que es el éxito y pregúntate ¿Qué deseas tu genuinamente para tu vida?

Bibliografía

- Arendt, H. (2009). *La condición humana* (R. Gil Novales, Trad.; 1.ª ed.). Paidós.
- Art Institute of Chicago. (n.d.). “*Sin título*” (*Retrato de Ross en Los Ángeles*). Art Institute of Chicago. Recuperado en mayo 10, 2025, de <https://www.artic.edu/artworks/152961/untitled-portrait-of-ross-in-l-a>
- Banco Bilbao Vizcaya Argentaria. (2025, enero 6). ‘Boomers’, generación X, generación Z, ‘millennials’ y ‘centennials’: *el talento en cuatro generaciones*. Banco Bilbao Vizcaya Argentaria. <https://www.bbva.com/es/sostenibilidad/baby-boomers-generacion-x-millennials-y-centennials-el-talento-en-cuatro-generaciones/>
- Byung-Chul, H. (2010). *La sociedad del cansancio* (M. Cruz, Ed.; A. Saratxaga Arregi & A. Ciria, Trad.; 2.ª ed.). Herder Editorial.
- Caballero D., C. C., & Bresó, E. (2015). BURNOUT EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Psicología Desde El Caribe*, 32(3), 89–108. <https://doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>
- Calvo Santos, M. (2023, 5 julio). *Can’t Help Myself Sísifo 2.0*. Historia Arte (HA!). Recuperado en mayo 10, 2025, de <https://historia-arte.com/obras/can-t-help-myself>
- Camero, K. (2025, 5 febrero). “*La hormona del placer*” y otros mitos de la dopamina, una molécula mal entendida. National Geographic. <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2025/02/dopamina-molecula-mitos-verdades-ciencia>
- Cartwright, M., & Cardozo, A. (2023, 24 abril). *El impacto de la Revolución Industrial británica*. Word History Encyclopedia. <https://www.worldhistory.org/trans/es/2-2226/el-impacto-de-la-revolucion-industrial-britanica/>
- Clínica Universidad de Navarra. (2025a). *Astenia*. Clínica Universidad de Navarra. <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/astenia#:~:text=f..las%20actividades%20diarias%20m%C3%A1s%20habituales.>
- Clínica Universidad de Navarra. (2025b). *Dopaminérgico*. Clínica Universidad de Navarra. <https://www.cun.es/diccionario->

[medico/terminos/dopaminergico#:~:text=El%20t%C3%A9rmino%20dopamin%C3%A9rgico%20se%20refiere.en%20el%20sistema%20nervioso%20central.](#)

- Díaz Díaz, R. (2004). EDUCACIÓN, CULTURA Y SUPERVIVENCIA. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1–13.
- Engels, F. (1981). El papel del trabajo en la transformación del mono en hombre. En Instituto de Marxismo-Leninismo, *Marx, F. Engels, Obras Escogidas* (pp. 66–79). Editorial Progreso.
- Fernández Martínez, J. (2023). “Sin título” (*Retrato de Ross en L.A.*) *Dulces cambios*. Historia Arte (HA!). <https://historia-arte.com/obras/sin-titulo-retrato-de-ross-en-l-a>
- Garabito-López, J. A. (2019). Adenosina para presillamiento de aneurismas cerebrales: revisión de la literatura actual. *Revista Mexicana de Anestesiología*, 42(2), 111–117. <http://www.medigraphic.com/rma>
- Gorvett, Z. (2018, octubre). *Las polémicas “drogas inteligentes” usadas para aumentar el rendimiento en el trabajo (y sus poco conocidas consecuencias)*. BBC. <https://www.bbc.com/mundo/vert-cap-45596952>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1.ª ed., Vol. 1). McGraw-Hill Education.
- Kafka, F. (1946). *La Metamorfosis* (Revista de Occidente, Trad.). <https://www.elejandria.com/libro/la-metamorfosis/kafka-franz/117>
- Mallarino Flórez, C. (2013). Cuerpos escolares y cuerpos sociales: una historia de encuentros y desencuentros. *Revista Iberoamericana de Educación*, 62. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie62a05.htm>
- Morris, V. (2018, julio). *Drogas inteligentes- Smart Grugs*. Echele Caneza. <https://www.echelecabeza.com/drogas-inteligentes-smart-drugs-nootropicos/>
- Ortiz Álvarez, D. V. (2023, 4 noviembre). *Nootrópicos: ¿son efectivas las famosas “drogas inteligentes” de Silicon Valley?* El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/salud/nootropicos-son-efectivas-las-famosas-drogas-inteligentes-de-silicon-valley-823058>

Palacios Sañudo, J. E., Caballero Domínguez, C. C., González Gutiérrez, O., Gravini Gómez, M., & Contreras Santos, K. P. (2012). Relación del burnout y las estrategias de afrontamiento con el promedio académico en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 11(2), 535–544.

Real Academia Española. (2024). *Rendimeinto*. <https://dle.rae.es/rendimiento>

Robles Munar, J. O. (2016). *UNA MIRADA A LA HISTORIA DE LA EDUCACIÓN COLOMBIANA* [Trabajo final de especialización, Universidad Militar Nueva Granada]. Repositorio Institucional UMNG.
<https://repository.umng.edu.co/server/api/core/bitstreams/f049a103-cce8-4ac0-8db3-ca08407e2fc5/content>

Solé Borrull, A. (2019, 28 mayo). *Qué es la generación Alfa, la primera que será 100% digital*. BBC. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-48284329>

Zelazko, A. (2025, 3 mayo). *millennial*. Britannica.
<https://www.britannica.com/topic/millennial>

Listado de imágenes

Art Institute of Chicago. (2025, 10 de mayo). *“Sin título” (Retrato de Ross en Los Ángeles)*, 1991, Felix Gonzalez-Torres.

Guggenheim Museum. (2025, 10 mayo). *Can't Help Myself*, 2016, Sun Yuan y Peng Yu.

Glosario

Adenosina: “es un neurotransmisor inhibitorio en el sistema nervioso central y participa en las funciones de sueño-vigilia” (Khan et al. Citado por Garabito-López, 2019)

Astenia: “Estado de cansancio, debilidad y agotamiento general, físico y psíquico, que se caracteriza por la falta de energía vital necesaria para la realización de las actividades diarias más habituales” (Clínica Universidad de Navarra, 2025, párr. 1).

Baby Boomers: son las personas nacidas entre 1946 y 1966 (Banco Bilbao Vizcaya Argentaria, 2025).

Drogas inteligentes: “se trata de sustancias o suplementos que se utilizan para mejorar funciones cognitivas como la memoria, la concentración, la creatividad y la claridad mental.” (Ortiz Á. D., 2013, pár. 3).

Dopamina: “es un sofisticado neurotransmisor que también actúa como una hormona y desempeña papeles fundamentales en el aprendizaje, el movimiento, la memoria, la atención, el estado de ánimo y la motivación. Aunque la dopamina contribuye a nuestras sensaciones de placer, no las causa directamente” (Camero K., 2025, pár. 7)

Dopaminérgico: “se refiere a cualquier proceso, sustancia, célula o sistema que involucre a la dopamina, un neurotransmisor esencial en el sistema nervioso central” (Clínica Universidad de Navarra, 2025, párr. 1)

Generación X: las personas nacidas entre 1965 y 1979 (Solé, 2019).

Generación Z: también llamados Centenials, son las personas nacidas entre 1997 y 2010 (Banco Bilbao Vizcaya Argentaria, 2025).

Generación Alfa: personas nacidas a partir del 2010 (Nellis J. citado por Solé, 2019).

Hiperproductividad: este término hace referencia a la producción material o intelectual, bien sea por partes o en su totalidad, de objetos o elementos inmateriales.

Maquínico o maquinización: este término refiere a la visión, concepción o entendimiento del ser humano como una máquina, específicamente su corporalidad. Es una variante que surge de la palabra “maquinizar”.

Millennials: aquellas personas nacidas entre 1981 y 1996 (Zelazko A., 2025).

Pirita: es un mineral de color amarillo y brillo metálico al que de forma común se le conoce como “oro de los bobos”.

Piroba: es un insulto empleado en Colombia para referirse a una persona despreciable.