



Universidad de Belgrano

Facultad de Humanidades

Lic. En Psicología

“La cultura de la inmediatez: un abordaje integral acerca de sus implicancias en la salud mental”

(Diciembre, 2023)

Nombre completo del alumno: Tomás Fernandez Casares

Matrícula: 21522

ID: 15-5144

Correo electrónico: tomas.fernandez455@comunidad.ub.edu.ar

Nombre del Tutor: [Florentina Gamarra](#)

Índice

Resumen.....	4
Introducción	
Presentación del tema.....	5
Problema y Pregunta de Investigación.....	6
Relevancia de la temática.....	6
Objetivo General.....	7
Objetivos Específicos.....	8
Alcances y límites	8
Antecedentes.....	8
Estado del arte.....	13
Marco teórico.....	15
Desarrollo Metodológico.....	15
Índice Comentado.....	16
Capítulo 1	
“La cotidianidad en la cultura de la inmediatez”	
1.1. La virtualidad	18
1.2 Redes Sociales.....	18
1.3 Los Mensajes.....	19
1.4 El Algoritmo.....	20
1.5 La Inteligencia Artificial (IA).....	20
1.6 Los vínculos, la sexualidad y la pornografía.....	21
1.7 El trabajo y el ocio	22
1.8 El aprendizaje y los videojuegos.....	24
1.9 Los nuevos padecimientos	24
Capítulo 2	
“El tiempo en la cultura de la inmediatez”.....	28
Capítulo 3	
“Las producciones culturales en la cultura de la inmediatez”.....	32

Capítulo 4	
“El equilibrio fisiológico en la cultura de la inmediatez”.....	37
Capítulo 5	
“El deseo en la cultura de la inmediatez”	
5.1 Lo inmediato vs. la constitución psíquica.....	40
5.2 Lo inmediato vs. lo erótico	42
5.3 Inmediatez vs. Deseo	43
Conclusiones.....	48
Referencias Bibliográficas.....	50

“La Inmediatez: un abordaje integral acerca de sus implicancias en la salud mental”

Resumen

En el siguiente trabajo nos proponemos investigar, mediante una revisión bibliográfica, aquellas problemáticas de la salud mental surgidas en relación a la actual cultura de la inmediatez. Dicho fenómeno puede ser entendido como una cualidad que denota rapidez en una acción o proceso. Culturalmente, es la tendencia actual a la gratificación y/o resolución instantánea de la mayor cantidad posible de situaciones en la vida del ser humano. El creciente uso de las TIC (tecnologías de la información y comunicación), el avance de la inteligencia artificial, la cada vez más adictiva interacción en redes sociales, la automatización y robotización de la vida cotidiana, entre otros hechos, han generado una mayor rapidez en los procesos productivos, comunicacionales e informativos, con una tendencia hacia la inmediatez casi absoluta. Nos interesará especialmente describir este fenómeno en relación a las problemáticas que suscita en el ámbito de la salud mental. Nos apoyaremos en conceptos provenientes de distintas disciplinas teóricas: psicoanálisis, neurociencias, sociología y filosofía.

Palabras claves: cultura de la inmediatez, salud mental, redes sociales, adicción.

Introducción

Presentación del tema

La cultura de la inmediatez tiene su origen en la tecnología. En la actualidad, la tecnología ha pasado a formar parte de la realidad cotidiana de las personas, entre otros propósitos para mejorar sus condiciones de existencia material, prolongar la expectativa de vida, acrecentar el acceso a la información, optimizar la productividad y acelerar las comunicaciones. En definitiva, la adicción a la tecnología a lo largo de la historia (sean redes sociales, smartphone, internet, u otros artefactos como la rueda que permitió mayor rapidez en el transporte) es una adicción a la inmediatez misma. Se expresa en múltiples aspectos de la vida cotidiana como el entretenimiento (series, videojuegos), los vínculos y la sexualidad (apps de citas y pornografía), la información (TIC, big data, algoritmos), la alimentación (fast food, microondas), entre otros.

Las Redes Sociales, por ejemplo, facilitan la comunicación y acortan distancias. Pero a su vez, estas pueden tener efectos negativos como las adicciones, el insomnio, el ciberacoso, la comparación social, el F.O.M.O. (miedo a perderse situaciones o fear of missing out, en inglés), entre otros. La Inteligencia artificial (IA), por su parte, tiene por objetivo la creación de programas para la realización de tareas que requerirían de la inteligencia humana, como el reconocimiento de patrones, el procesamiento del lenguaje natural, la toma de decisiones, o la resolución de problemas. Se busca replicar procesos cognitivos humanos para que las máquinas puedan aprender, razonar y tomar decisiones de manera similar a como lo hacen los seres humanos. Los avances en las distintas herramientas de interacción han alterado profundamente diversos patrones de comunicación. La virtualidad se presenta como la gran protagonista dentro de esta nueva forma de relacionarse. El fenómeno de las redes sociales ha ocasionado un profundo impacto en la sociedad actual, principalmente en los jóvenes. Ha surgido un nuevo modelo de comunicación en el cual no es necesaria la presencia física, sino que la misma se da de manera virtual, a través de chats, videoconferencias, mensajes, etc, y de manera inmediata, es decir, al instante, sin mediar tiempo.

Lo inmediato toma cada vez más preponderancia, motivo por el cual nos centraremos en este fenómeno. Un abordaje sobre la cultura de la inmediatez como concepto de temporalidad supone trazar sus coordenadas teórico-filosóficas, para lo cual proponemos una articulación desde distintas corrientes teóricas. En primer lugar, analizaremos el concepto de inmediatez desde el enfoque existencialista. A su vez, nos proponemos abordar la cultura de la inmediatez, desde algunas ideas y argumentos del pensamiento del filósofo Byun Chul Han en relación a su crítica de la comunicación sin comunidad. Nos pareció importante también aportar una sección orientada desde las neurociencias para dar cuenta de los procesos fisiológicos que se activan en el organismo ante la constante búsqueda de gratificación instantánea. Por último, desde el psicoanálisis realizaremos un abordaje por algunos conceptos desarrollados por distintos exponentes de dicha corriente teórica, para evidenciar las tensiones con las

que choca la inmediatez en relación a lo que se entiende por salud y bienestar psíquico. Lo expuesto hasta acá, estará orientado siempre a la idea de salud, entendida como “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, pueda afrontar las tensiones de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y aportar algo a su comunidad” (OMS, 2022).

Problema y pregunta de investigación

El actual paradigma de la información y el conocimiento presenta múltiples ventajas, ya que permite conectar a las personas más allá de los límites del espacio-tiempo. Sin embargo, como señalamos, también acarrea serias consecuencias si se las utiliza de manera excesiva. La cultura de la inmediatez ha surgido como consecuencia de los avances tecnológicos y puede tener serias repercusiones para la salud del ser humano. “En una época donde el cortoplacismo, lo efímero, el individualismo, el consumismo y la hiperactividad son dominantes, las vidas de los seres humanos se han visto transformadas de forma considerable, generando estrés, ansiedad y una necesidad de rendir insólitos en la historia de la humanidad” (Luna, 2020, p. 2). El avance de la tecnología ha llevado a la búsqueda continua de experiencias de bienestar y de resolución instantáneas. Por eso consideramos importante investigar acerca de las implicancias de percibir y organizar la experiencia en términos de inmediatez. Harari sostiene que estas implicaciones nos son desconocidas: “debido a que no comprendemos la complejidad de nuestra propia mente, los cambios que hagamos podrían alterar nuestro sistema mental hasta tal extremo que podría descomponerse” (Harari, 2018, p.25). La interrogante principal que funciona como eje del presente estudio es: ¿Qué problemáticas relacionadas a la salud mental conlleva la cultura de la inmediatez?

Relevancia de la temática

Los efectos del avance de la tecnología en la vida cotidiana están cada vez más presentes en el ámbito científico. El porcentaje de tiempo que las personas destinan a la interacción con la tecnología es cada vez mayor, sobre todo en niños y adolescentes. Es especialmente relevante el estudio sobre los efectos de la cultura de la inmediatez en los niños, que se encuentran en la etapa de escolaridad, ya que se encuentran en pleno desarrollo de herramientas psíquicas. Estos fenómenos culturales y tecnológicos actuales influyen, a nuestro entender, en la determinación de diversas formas de experimentar e interpretar el mundo teniendo un correlato en la percepción del tiempo. Se desconocen aún los posibles efectos a nivel psíquico: Yuval Noah Harari sostiene que muchas de las consecuencias del avance tecnológico, serán desconocidas: “será más fácil redirigir el flujo de nuestra mente que adivinar cómo repercutirá esto en nuestra psicología individual o en nuestros sistemas sociales” (Harari, 2018, p25). La virtualidad como forma de relacionamiento prolongado gracias a la mediación de tecnologías de la información y comunicación han impactado de tal manera sobre la salud mental de la población, que comienza a considerarse como una problemática de salud pública.

La cultura de la inmediatez va de la mano con el consumismo y conforma un elemento fundamental dentro del paradigma capitalista, estructurado por un sistema de creencias y valores que influyen tanto en las narrativas individuales como en las comunitarias. Creemos que resulta relevante su estudio, ya que si encontramos que entra en tensión con la posibilidad de autorrealización del sujeto, representaría una problemática de salud pública:

La naturaleza de un fenómeno o conducta como patológicos no viene dada por su anormalidad o desvío de la norma (o de lo que debe ser), sino porque bajo tal fenómeno o conducta subyacen mecanismos que comportan al sujeto una restricción de su libertad. Bajo el tamiz de la libertad (entendida como forma de enriquecimiento existencial que mejore las relaciones humanas inter e intrapersonales) puede entenderse por qué la conducta neurótica, la psicótica o la psicopática son patológicas, en cuanto representan para el sujeto una pérdida de las posibilidades de autorrealización (Vallejo Ruiloba, 1983, p. 106).

Investigar estas cuestiones permitirá diseñar herramientas de prevención y promoción de la salud para el abordaje de complejidades a futuro. Será necesario, por ejemplo, realizar estudios acerca de cómo los usuarios de la tecnología interactúan con ella, incluyendo la frecuencia y el tiempo dedicado a su uso, así como las posibles adicciones que podrían surgir como resultado de su uso excesivo.

El contexto en el que se presenta esta investigación guarda especial relación con su relevancia, ya que la virtualidad ha ganado su mayor protagonismo en la historia de la humanidad en 2020 a raíz del aislamiento obligatorio por la pandemia de Covid 19. La pandemia de COVID-19, fue una pandemia derivada de la enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la declaró el 11 de marzo de 2020. Aproximadamente un tercio de la población mundial fue confinada y se impusieron fuertes restricciones a la libertad de circulación y de reunión. Se ha comprobado mediante una gran cantidad de estudios que el aislamiento ha tenido numerosos efectos negativos sobre la población. Mencionaremos algunos de ellos.

Objetivo General

- Realizar una descripción acerca de la cultura de la inmediatez en relación a sus posibles implicancias en salud mental.

Objetivos Específicos

- Analizar, desde el marco teórico del psicoanálisis, la irrupción de angustia producto de la tensión entre los conceptos de inmediatez y deseo.
- Realizar un abordaje sobre la cultura de la inmediatez desde la perspectiva de Byung Chul Han, enfocado en sus conceptos de atomización del tiempo y comunicación sin comunidad..
- Reflexionar acerca de la cultura de la inmediatez y su relación con el tiempo desde un enfoque existencialista.

Alcances y Límites

Se presentará un trabajo descriptivo acerca de las diversas problemáticas en el ámbito de la salud mental que han surgido a raíz de la cultura de la inmediatez. Para ello, en primer lugar realizaremos una breve reseña acerca del actual Paradigma. Luego, realizaremos un recorrido orientado a dichas problemáticas, enfocado desde distintas disciplinas: la filosofía existencialista, las neurociencias y el psicoanálisis. Los conceptos utilizados serán definidos y ubicados dentro de sus respectivos marcos teóricos. La investigación tiene por objetivo realizar una descripción acerca de la problemática y ubicar la misma dentro del ámbito social y comunitario, es decir, no se pretende realizar una clínica de las adicciones. No pretendemos lograr exhaustividad absoluta en los términos utilizados ya que no profundizaremos acerca de los posibles vaivenes que la vastísima producción académica de cada autor pueda presentar. No se pretende tampoco arribar a correlaciones estadísticas, y de ninguna manera existe una pretensión explicativa, es decir, no se buscará establecer relaciones causales entre variables.

Antecedentes

Las investigaciones relacionadas a la cultura de la inmediatez y su relación con ciertas problemáticas de salud mental han tenido un notable crecimiento en los últimos años. Se puede afirmar que resulta un asunto novedoso. El auge de las redes sociales, el big data, la inteligencia artificial (IA) y todos los artefactos cotidianos (el smartphone y la pc por ejemplo) que acercan la experiencia humana a la inmediatez, hacen que cada vez sea mayor la necesidad de estudios científicos que investiguen sus implicancias a nivel psíquico y social. El aislamiento obligatorio producto de la pandemia aumentó exponencialmente las problemáticas en salud mental relacionadas al uso excesivo de redes sociales y a las TIC en general. Para la presentación de antecedentes consideramos necesaria una revisión de la literatura existente sobre las distintas problemáticas relacionadas a la salud mental que han surgido a raíz del creciente uso de la tecnología y las redes sociales. Esto implica revisar estudios científicos, informes gubernamentales y no gubernamentales, artículos de revistas, tesis de grado, entre otros, que incluyan, desde distintos marcos teóricos, el abordaje de una problemática novedosa.

Luna, A. (2020) en su trabajo de fin de grado denominado “Tiempo y Cultura, la sociedad de la inmediatez” realiza una investigación referida a la crisis temporal de la sociedad marcada por la inmediatez. En su análisis encontramos conceptos muy relevantes para nuestra investigación, entre los cuales podemos encontrar el individualismo del siglo XXI, el consumismo, las dimensiones espacio y tiempo, el trabajo, el arte, el amor, la disincronía y la nueva normalidad en tiempos de pandemia: “se analizan las transformaciones sociales producidas debido a dicha crisis del tiempo, afectando a esferas como el trabajo, el arte y las relaciones afectivas (...) se tratará de valorar cómo ha afectado la pandemia mundial originada por el SARS-CoV-2 a nuestra época y qué posibles consecuencias podría conllevar” (Luna, 2020, p. 1). En efecto, la cultura de la inmediatez contiene a todos estos fenómenos. Se puede observar por ejemplo en las redes sociales: “Los selfies se han convertido en la máxima expresión del egocentrismo de nuestra era. Más de 100 millones de fotografías se suben diariamente a Instagram, buscando sus autores un like, la aprobación de terceros” (Luna, 2020, p. 8).

Enrique F. Bocardo Crespo (2018) analiza el impacto psíquico de la virtualidad en exceso. Lo que acontece en estos espacios virtuales puede resultar altamente simbólico y evocativo, ocasionando un efecto notorio en la vida psíquica de sus usuarios, quienes constantemente ponen en juego aspectos psicológicos en estas experiencias (Floridi, 2015, citado en Bocardo Crespo, 2018; Gozlan, 2016; Sánchez Martínez, 2010; Turkle, 1997). Además, resalta el hecho de que se pierda la distinción de la realidad: “La posibilidad de que la distinción entre realidad y virtualidad quede seriamente comprometida es el resultado directo del impacto que las nuevas TIC han tenido en la configuración de la conciencia subjetiva del usuario de la red” (Bocardo Crespo, 2020, pág. 176).

La relación entre el online y la actividad digital de los usuarios es un proceso simbiótico que muestra el poder de las nuevas tecnologías de la información en conformar y, hasta cierto punto determinar, la manera en que funcionan los mecanismos mentales responsables de la construcción de la identidad personal: los agentes humanos han creado una nueva tecnología, y la tecnología, por su parte, modifica y condiciona la realidad que perciben los seres humanos. Uno de los aspectos más siniestros de los avances tecnológicos de las TIC es la utilización de algoritmos que, sirviéndose de los datos de navegación del usuario, son capaces de construir perfiles psicográficos con el poder de predecir con extraordinaria precisión la conducta del online (Bocardo Crespo, 2020, pág. 175).

Felicitas Cavo (2022), en su investigación para su tesis de grado, propone analizar los efectos del aislamiento obligatorio por Covid-19, específicamente en la zona de CABA, orientado a los cuadros de depresión en adolescentes:

Podemos concluir que las medidas de aislamiento, como las restricciones e incertidumbre, han causado un gran efecto en la población adolescente. Las percepciones de los adolescentes fueron siempre negativas y estuvieron relacionadas a las restricciones en el contacto y los vínculos sociales, en los impedimentos de actividades, duelos por ciclos y proyectos inconclusos, y en consecuencia vemos cómo esto ha provocado un grado elevado trastorno depresivo en los adolescentes (Cavo, 2022, pág. 20).

Un estudio reciente acerca de las problemáticas surgidas por las políticas de aislamiento (por la pandemia), sugiere que el aislamiento social, ha impactado de forma significativa sobre la salud mental. Se trata de un relevamiento del impacto psicológico de la pandemia en cuatro momentos del aislamiento social preventivo y obligatorio de Argentina en el que se observa que la mayor duración del ASPO se correlaciona con mayor impacto psicológico negativo en la mayoría de los indicadores (Etchevers MJ, Garay CJ, Putrino N, Grasso J, Natalí V, Helmich N, 2020, p. 5). Es decir, detecta un incremento sostenido y significativo de la cantidad de personas en riesgo de padecer un trastorno psicológico o mental en los cuatro períodos estudiados (Etchevers MJ, Garay CJ, Putrino N, Grasso J, Natalí V, Helmich N, 2020, p. 40). El mismo estudio examina además la relación entre el aislamiento y las alteraciones sueño, y cómo esto puede afectar la salud mental:

Las alteraciones del sueño afectan alrededor del 75% de los participantes a lo largo de las diferentes etapas de este estudio. Estas alteraciones son uno de los síntomas más frecuentes tanto en los trastornos de ansiedad como en la depresión. La disminución de la actividad física y la menor exposición a la luz solar en las grandes urbes alteran los ciclos del sueño. Asimismo, la relación con los trastornos afectivos es relevante y debe considerarse también a la hora de promover la salud y prevenir el desarrollo de trastornos mentales (Etchevers MJ, Garay CJ, Putrino N, Grasso J, Natalí V, Helmich N, 2020, p. 44).

Los resultados generales de este estudio muestran la relevancia de los factores psicológicos y destacan la inclusión de la salud mental a la hora de implementar medidas de salud pública.(Etchevers MJ, Garay CJ, Putrino N, Grasso J, Natalí V, Helmich N, 2020, p. 46).

Unicef (2020) realizó un estudio en el cual se analiza el impacto del aislamiento en la salud mental de adolescentes y jóvenes de Latinoamérica. Se hizo mediante un sondeo de 8.444 jóvenes de entre 13 a 29 años de edad, en nueve países de la región. Los resultados del impacto del aislamiento fueron: 15% depresión, 27% ansiedad, 46% refirió tener menos motivación para realizar actividades que antes disfrutaba, un 36% sentir menos motivación para realizar sus actividades rutinarias.

En relación a la virtualidad, numerosos estudios se enfocan en el impacto sobre la salud mental del excesivo uso de redes sociales por parte de los adolescentes. Loreto Vergara Gonzalez (2020) sostiene, mediante un estudio de casos, que las redes sociales tienen una gran influencia en la formación de la autoimagen en los adolescentes:

Como se observó en los resultados, la imagen corporal se compromete de manera importante en las experiencias de fracaso o rechazo que las jóvenes experimentan en el uso de redes sociales. Se exploró principalmente el uso de Instagram, por ser la red en que estas jóvenes realizan más publicaciones en la actualidad, pero Whatsapp es también una red social altamente utilizada por ellas y en la cual también están expuestas al rechazo, por ejemplo, en la participación en grupos (Vergara Gonzalez, 2020 p. 96).

La autora además propone en su reflexión final un interrogante relevante para nuestra investigación:

¿Qué sucederá a largo plazo en el desarrollo de habilidades de comunicación, de escucha y de resolución de conflictos con los niños y jóvenes que se comunican principalmente con sus pares a través del chat, de fotografías y videos en redes sociales? A esto se agrega el hecho de que tienen menos contacto con sus padres, con hermanos, primos y vecinos por la permanente conexión a sus celulares, y por último, la práctica habitual de dejar en visto al otro, ignorando el contenido recibido. De esta forma, con el uso del celular se están reduciendo hoy en día en una buena medida las

posibilidades de experimentar la valentía de expresar sentimientos en persona y de escuchar en profundidad los sentimientos del otro. Ser ignorado o no terminar una comunicación puede generar ansiedad producto de las fantasías que se pueden crear alrededor de esas conversaciones o mensajes (Loreto Vergara Gonzalez, 2020, p. 97).

Por otro lado, siguiendo con las problemáticas que presenta la virtualidad en exceso, Tomás Leandro Nuñez Zidlicky (2020) analiza, desde una perspectiva psicoanalítica, los conceptos de autorrepresentación e identidad virtual. Sostiene que ambos conceptos guardan relación con el Yo ya que son construcciones identificatorias generadas a partir de las interacciones sociales virtuales. El autor define a la identidad virtual como una representación dentro del registro imaginario:

Ante la ausencia de una definición universal, en el presente trabajo se la considera como una representación imaginaria que encarnara un usuario al momento de adentrarse en una red social virtual, con la cual se mostrará ante los demás usuarios y desde la cual interactuará con ellos; que se construye narrativamente de manera consciente y personal. (Nuñez Zidlicky, 2020, p. 3).

La constante búsqueda de presentaciones y exhibiciones sociales ideales refleja crecientes tendencias narcisistas en el mundo de lo virtual: “Las experiencias y fantasías desplegadas en los escenarios virtuales forman parte y dan cuenta de procesos proyectivos de su realidad psíquica, a su vez que esta es reactualizada y modificada en función de nuevas experiencias” (Núñez Zidlicky, 2020, p. 45). La presencia de mecanismos compulsivos en las experiencias virtuales, sostiene el autor, muestra que pueden ser usadas como procesos evitativos de displacer, así como también el acercamiento a satisfacciones pulsionales sustitutivas en un plano distinto al físico. Sin embargo, aclara, cuanto más distantes sean aquéllas experiencias de interacción y características proyectadas y fantaseadas en el plano virtual, mayores serán los sentimientos de angustia, insatisfacción y desilusión al enfrentarse a lo real (Núñez Zidlicky, 2020).

Otra problemática importante relacionada al uso excesivo de las TIC es el trabajo, sobre todo por el aislamiento obligatorio, que amplió la posibilidad del teletrabajo. Numerosos estudios investigaron la relación entre el uso de la tecnología en el trabajo y el estrés laboral, y cómo esto puede afectar la salud mental. Carolina Escudero (2023) presenta en su tesis de grado una investigación sobre el síndrome de

burnout como consecuencia directa del teletrabajo como modalidad laboral desde la perspectiva de la ciberpsicología.

Estado del Arte

La cultura de la inmediatez es una tendencia sociocultural actual que forma parte de la Posmodernidad. La era de la Información y la Comunicación, de las imágenes, de las redes sociales y la inteligencia artificial, surge en un contexto que merece la pena destacar. Desde el punto de vista filosófico, la posmodernidad se caracteriza por la desaparición de las grandes narrativas orientadas por la noción de verdad, cuyos axiomas tenían correlato en la vida cotidiana de las personas: los valores, creencias y comportamientos. Con el advenimiento de la posmodernidad, el positivismo y su fe en el progreso de la humanidad fue cediendo lugar al nihilismo y al relativismo. Cuanto más se conozcan los rasgos de esta nueva modalidad de relación con el mundo, más fácil será adaptarse a ella:

Por consiguiente, si con la multiplicidad de las imágenes del mundo perdemos el sentido de la realidad, como se dice, no es en fin de cuentas una gran pérdida. Por una especie de perversión de la lógica interna, el mundo de los objetos mensurables y manipulables por la ciencia técnica (el mundo de lo real, según la metafísica) ha venido a ser el mundo de las mercaderías, de las imágenes, el mundo fantasmagórico de los medios de comunicación. ¿Tendremos que contraponer a este mundo la nostalgia de una realidad sólida, unitaria, estable y autorizada? Semejante nostalgia corre el peligro de transformarse continuamente en una actitud neurótica, en el esfuerzo por reconstruir el mundo de nuestra infancia, donde la autoridad familiar era a la vez amenazante y aseguradora” (Vattimo, 1990, p. 16).

Actualmente existe un creciente interés por la problemática en torno al surgimiento de nuevos padecimientos en salud mental por ejemplo a raíz del avance tecnológico en el área de la información y comunicación y la I.A. (inteligencia artificial). Las problemáticas que van surgiendo a medida que avanzan estas tecnologías en la vida cotidiana son cada vez más complejas y las áreas de la vida sobre las que influye, cada vez más bastas. Podemos afirmar que el actual paradigma es una fase dentro del sistema capitalista que se caracteriza por la velocidad de movilización de personas, bienes, conocimiento e información, donde todo es tan veloz que se vuelve efímero, o más bien “líquido”, como sostiene Bauman (2000). El estado líquido de una sustancia, al contrario de lo sólido, se caracteriza por su facilidad de desplazamiento por no mantener su forma: Modernidad líquida es una metáfora que le sirvió como

concepto explicativo a Bauman (2000) para dar cuenta de las transformaciones de la sociedad posmoderna. “El pensador polaco-británico parte de la noción de fluidez como cualidad fundamental de los líquidos, que a diferencia de los sólidos no conservan con facilidad su forma, no se fijan a un espacio ni a un tiempo determinado” (Luna, 2020, p. 3).

La cotidianeidad ofrece múltiples situaciones en las que el ser humano es atravesado por la cultura de la inmediatez. Un claro ejemplo lo encontramos en el acceso a la información a través de las TIC y el big-data, o en nuevas formas de comunicación como las redes sociales. La inteligencia artificial también es un elemento a considerar dentro de la cultura de la inmediatez, ya que puede incluir dicho objetivo cuando, por ejemplo, proporciona al ser humano la resolución inmediata de problemas sin ningún tipo de esfuerzo físico y/o mental. El consumismo o consumo compulsivo es otra arista de la cultura de la inmediatez que tendremos en consideración en el presente estudio, ya que creemos que influye sobre la salud mental. Otro fenómeno muy presente en la cultura de la inmediatez es la pornografía, la cual puede ser perjudicial para un público vulnerable.

En la actualidad la información fluye por distintos medios, cada vez más sofisticados. Los medios masivos tradicionales van dejando lugar a otra forma de comunicación cuya existencia no está más separada de la audiencia sino que la constituye en sus propias interacciones, generando una simbiosis interdependiente entre quienes componen el acto comunicativo dentro de un esquema más horizontal, en el sentido de que todos son potenciales “influencers”. Surge el concepto de prosumidores, que engloba simultáneamente productores y consumidores de contenido. Surgen múltiples líderes de opinión generadores de tendencias: referentes de toda índole, desde moda hasta posiciones políticas, porque se posicionan como modelos a seguir. Logran la identificación de sus seguidores, influyendo en sus actitudes. A su vez, la velocidad en la comunicación hace que los tiempos se acorten y los cambios sean más bruscos. A diferencia del pasado, donde el acceso a los grandes medios se daba en un determinado horario del día, ahora la conexión es permanente. Los celulares han reemplazado al periódico, a la radio, y a la televisión. Muchos de esos cambios han generado nuevas formas de organización de la experiencia. La cultura, la cual podemos definir como todo el conjunto de interacciones humanas acumuladas en tiempo y espacio, configura un marco de referencia en el que confluyen múltiples formas de estar en el mundo e interpretarlo. Indagaremos cuáles son los elementos que distinguen al actual paradigma de otros anteriores. Bauman la define introduciendo el concepto de *modernidad líquida*, en referencia a un estado de constante cambio y transitoriedad. El paradigma actual se caracteriza por la casi ilimitada oferta de información, la sobre estimulación y la generación artificial de necesidades que da lugar al hiperconsumismo. Los estudios al respecto, han crecido exponencialmente a raíz de la Pandemia y el interés creciente por conocer el marco de esta nueva modalidad, con sus consecuencias a nivel de salud mental.

Marco Teórico

La cultura de la inmediatez puede ser abordada desde distintos marcos teóricos. Para lograr un abordaje integral acerca del tema que nos toca investigar estableceremos puntos de contacto entre distintas corrientes del psicoanálisis, las neurociencias, conceptos extraídos de obras de Byung Chul Han y conceptos de la corriente filosófica existencialista. El objetivo será poder integrar estas corrientes teóricas.

Desde el psicoanálisis, reflexionaremos acerca de la relación entre inmediatez y deseo, tomando elementos del psicoanálisis freudiano, lacaniano, de escuela inglesa (Winnicott), y de la perspectiva intersubjetiva, la cual tiene puntos de contacto con la fenomenología: "La intersubjetividad en su dimensión de espacio entre sujetos, o el espacio intersubjetivo o intermundano, hace hincapié en aquellos elementos que conforman el campo común del que participan los sujetos" (Muller, 2009, pág 345). Nos parece adecuado realizar una aclaración en este punto, acerca de la concepción del sujeto que hemos elegido para este estudio. Dicha concepción es la del sujeto dialógico, en contraposición al sujeto monológico. Esto último da lugar a la intersubjetividad como concepto central del psiquismo, y al cual Muller le asigna cuatro usos:

Primero, un uso generativo o constitutivo, donde a partir del encuentro con los otros se produce algo. En el caso de Freud es la constitución misma del deseo, del yo-superyó en el modelo estructural, y del orden social. Segundo, un uso categorial del término. La palabra en este caso adjetiva a los sustantivos "teoría", "modelo", "perspectiva", "visión" y "abordaje", entre otros. En este caso se refiere a un conjunto proposicional dentro del psicoanálisis que mayormente dan cuenta de la experiencia relacional dejando de lado la noción de pulsión. Tercero, un uso descriptivo-relacional, que demuestra un modo de relación con otro en tanto entidad separada poseedora de estados intencionales, y no solamente en tanto entidad separada. Por último, un uso específico, en el que la palabra "intersubjetividad" a veces se asocia a una u otra dimensión del encuentro con otro: el reconocimiento, el espacio "entre" sujetos, la alteridad, la inter-acción, el tercero y el lenguaje (Muller, 2009, pág 347).

Desarrollo Metodológico

El siguiente trabajo ha tenido por finalidad realizar una investigación descriptiva en la que se ha realizado un recorrido bibliográfico. Como criterio de búsqueda se seleccionaron las palabras clave: redes sociales, cultura de la inmediatez, TIC, posmodernidad, COVID-19, aislamiento social, salud mental, intersubjetividad. El presente estudio de ninguna manera tendrá pretensión explicativa, es decir, no

buscará establecer relaciones causales entre variables, sino que se presenta de modo descriptivo. Utilizamos una metodología cualitativa para el abordaje teórico.

Índice comentado

- Capítulo 1: La cultura de la inmediatez en la cotidianidad. En este capítulo presentaremos el concepto de inmediatez en el contexto de la era digital. Lo haremos examinando sus distintos aspectos. Primero, en las comunicaciones, a través de las redes sociales y los distintos formatos que adquieren los mensajes. Segundo, relacionando el fenómeno de la inmediatez con el consumismo del sistema capitalista, que abarca incluso las relaciones sociales. Tercero, examinaremos el fenómeno llamado Big Data, centrado en el algoritmo. En cuarto lugar, nos enfocaremos en el fenómeno denominado F.O.M.O. (fear of missing out en inglés) originado como consecuencia de la hiper conectividad, y que consiste en el miedo a perderse situaciones de las que es testigo virtual pero no participa en la realidad, lo cual conlleva situaciones de angustia por no formar parte. En quinto lugar, describiremos la implicancia de estar permanentemente conectados, lo que disminuye el tiempo de ocio. Por último, cerraremos el capítulo con una lista de nuevos padecimientos surgidos en el contexto de la era digital.
- Capítulo 2: El tiempo en la cultura de la inmediatez. Nivel de Análisis Filosófico - Ontológico: Abordaremos la cuestión de la inmediatez desde el existencialismo, es decir, de cómo es percibido por el ser humano (fenomenología).
- Capítulo 3: Las producciones culturales en la cultura de la inmediatez. Nivel de Análisis socio-cultural: En este capítulo describiremos las contradicciones del fenómeno estudiado a nivel socio-cultural, ya que entendemos lo social no como una mera suma de las partes (individuos) sino como una entidad en sí, con autonomía propia. Lo social adquiere elementos propios, genuinos, que surgen en el momento en que aparece toda organización social, y son esencialmente distintos a los del plano individual, pero se nutren de estos y los afectan, generando una relación simbiótica.
- Capítulo 4 El equilibrio fisiológico en la cultura de la inmediatez. Contraposición entre la inmediatez (asociado al placer y gratificación instantánea) y el equilibrio fisiológico (asociado a la felicidad). Nivel de análisis: fisiológico. En este capítulo presentaremos el primer nivel de análisis propuesto para abordar las tensiones entre la inmediatez y el bienestar, desde su correlato biológico.
- Capítulo 5: El deseo en la cultura de la inmediatez: Nivel de Análisis psíquico. El objetivo en este capítulo será continuar analizando el fenómeno de la inmediatez y sus tensiones, pero ahora desde lo psíquico. Realizaremos un abordaje sobre el punto de choque entre la inmediatez y el deseo desde el psicoanálisis.

- Conclusiones: Luego de este recorrido a lo largo de la cultura de la inmediatez en la actualidad, nos gustaría compartir nuestras conclusiones ligadas a las implicancias sobre la vida cotidiana, y a las posibles herramientas que se pueden diseñar para brindar soluciones desde la salud.

Capítulo 1: La cultura de la inmediatez en la cotidianidad

1.1 La virtualidad

El mundo de la virtualidad aparece con el auge de Internet y la posibilidad de navegar por dicha red por distintas páginas web. Las páginas web son un conjunto de datos procesados con algún tipo de lenguaje informático, diseñados para que se pueda ingresar a obtener información. Con el avance de la tecnología, dichos sitios fueron aumentando su capacidad de procesamiento de la información hasta llegar a ofrecer entornos informáticos muy parecidos a lo real, lo que dio lugar a la realidad virtual. presenta elementos específicos que tienen diferencias con el mundo real.

Por medio de la tecnología los usuarios se sumergen en entornos virtuales, altamente simbólicos y evocativos, que, si bien se diferencian de los entornos físicos, se ponen en juego en ellos aspectos psicológicos de manera continua, como la propia identidad, la subjetividad, la necesidad de seguridad y de aceptación, el miedo al rechazo, la autoestima, la sexualidad, la posibilidad de experimentar un ideal, el sentimiento de pertenencia a un grupo, las expectativas y deseos frente a lo que se desea ser, así como las interacciones interpersonales y la socialización (Floridi, 2015, citado en Bocardo Crespo, 2020).

1.2 Redes Sociales

Toda red es una estructura en la que sus componentes están conectados según algún patrón. En el caso de las redes sociales, son individuos que se conectan virtualmente según factores determinados por la naturaleza de la relación (amistad, sexual, laboral, intereses, etc): pueden definirse como una estructura social que, apoyada con los recursos de la web, permite las relaciones entre personas, grupos y organizaciones bajo una o varios objetivos en común (Peña, Pérez, Rondón, 2010, p. 175). La participación de las personas mediante una identidad digital, en este tipo de redes, proporciona un espacio para experimentar colaboración, construcción, intercambio, socialización, aprendizaje, cooperación, diversión, autonomía, entre otras. (Peña, Pérez, Rondón, 2010, p. 175).

Las Redes Sociales son constituidas y se nutren por lo más propiamente humano: el vínculo con el otro. En la actualidad, son el principal medio de comunicación, ya que fueron paulatinamente reemplazando al teléfono fijo e inalámbrico. Incluso el mensaje de texto o audio se utiliza con mayor frecuencia que las llamadas por celular. Las redes sociales más ampliamente utilizadas en la actualidad son Instagram y

Facebook (principalmente redes de relaciones sociales de amistad con contenidos multimedia como fotos y videos), Whatsapp (red social de comunicación instantánea), Twitter (red social de contenido informativo) y diversas redes sociales de citas y encuentros. La mercantilización de las relaciones sociales se puede observar por ejemplo en la necesidad constante de subir contenido a las redes sociales. Las redes muestran solo una faceta de la vida. El carácter social es lo que define a este tipo de redes, y lo que las hace tan universalmente expandibles, ya que el ser humano es un ser social por naturaleza.

1.3 Los Mensajes

Las formas de comunicación en la actualidad están en permanente transformación. El camino pareciera ir hacia una comunicación cada vez más fluida, instantánea e inmediata. El lenguaje coloquial de las redes sociales incluso no es el mismo que el lenguaje formal, ya que abundan las abreviaturas y el uso de herramientas gráficas. En primer lugar surgió el emoticón (del inglés emoticon) que es una secuencia de caracteres que, originalmente, representaba una cara humana y expresaba una emoción. Posteriormente, fueron creándose otros emoticones con significados muy diversos. Aquellos que expresan emociones positivas se clasifican normalmente como smileys (de smile en inglés). Emoticono es un neologismo que proviene de emoción e icono. La evolución de este tipo de herramientas fue avanzando hacia el uso de stickers, signo gráfico de mayor complejidad que el anterior, ya que expresa emociones y situaciones más abarcativas. Son ilustraciones más grandes (de 512 por 512 píxeles en WhatsApp) y más variadas. Permiten a las marcas, empresas y personas crear sus propios diseños, incluyendo fotos que pueden ser editadas. A finales de 2018 WhatsApp decidió incorporarlos a su stock comunicativo. Por último, la evolución comunicativa virtual llegó a los famosos memes, que son poderosas herramientas comunicativas que se usan para describir (generalmente desde el humor) ideas, situaciones o pensamientos, mediante una construcción multimedia. Muchas estrategias publicitarias de mercadotecnia viral se basan en la propagación de memes para promocionar un producto o concepto. El concepto de *meme* fue concebido por el científico Richard Dawkins, quien en su libro *El gen egoísta* (1976) propone una hipótesis acerca de la transmisión cultural. La misma tiene su origen en dos procesadores informativos distintos en los seres humanos: uno genético y otro a nivel ambiental cerebral. Este último replica información mediante la enseñanza, imitación o simple asimilación. Dawkins define al meme como la unidad mínima de información que se puede transmitir. Según el autor, los memes conforman la base mental de nuestra cultura, como los genes conforman la primera base de nuestra vida. Lo cierto es que estas herramientas comunicativas persiguen la inmediatez, es decir, poder transmitir información de manera instantánea, utilizando la menor cantidad de espacio posible. Las metáforas, paralelismos y analogías, están implícitamente presentes en todas ellas. La identificación por parte del receptor es un poderoso difusor. Los recursos comunicativos que persiguen la inmediatez están reemplazando paulatinamente antiguas formas de expresión lingüística. El consumo capitalista, de rasgos compulsivos, ha crecido exponencialmente gracias a Internet. Gracias a esta red, la circulación de

información y mensajes codificados bajo el formato de memes, se expanden casi al infinito. Son literalmente contagiosos, de ahí el advenimiento del meme (Lembke, 2023, p.36).

1.4 El Algoritmo

Los algoritmos son conjuntos compartimentados de operaciones que hacen cálculos y predicciones. Conforman un lenguaje específico constituido por reglas ordenadas y finitas definidas y no-ambiguas, regidas por la lógica, que permiten solucionar problemas, realizar cómputos y procesar datos. La lógica, rama clásica de la filosofía, ha sido sin embargo más frecuentemente utilizada por la informática en los últimos años. Uno de los fundamentos de la lógica es la noción de verdad. ¿De qué verdad podría ocuparse la lógica algorítmica en plataformas de redes sociales? Los motores de búsqueda, al servicio de la publicidad y el consumo, se basan en algoritmos para obtener información. El Algoritmo, al igual que el lenguaje, es instituido pero a la vez instituyente: “los algoritmos seleccionan cosas a partir de sus cálculos internos y de sus preferencias incorporadas, y dichas preferencias modelan nuestro mundo de manera creciente” (Harari, 2018, p.57). El algoritmo se presenta en la inmediatez, ofreciéndonos todo aquello que se busca al instante, disminuyendo el tiempo de búsqueda activa.

1.5 La Inteligencia Artificial (IA)

Los avances tecnológicos han tenido un auge exponencial en el ámbito de la inteligencia artificial (IA). La misma ofrece muchas oportunidades y beneficios en diversas áreas, pero también plantea preocupaciones y desafíos en relación con la salud mental. Algunos de los peligros potenciales de la IA para la salud mental incluyen:

- Sesgo algorítmico: Los sistemas de IA pueden estar sesgados si se configuran con datos que reflejan prejuicios y discriminación presentes en la sociedad. Esto puede llevar a recomendaciones y decisiones que perpetúan estereotipos negativos y aumentan la desigualdad, lo que podría afectar la autoestima y el bienestar de las personas.
- Privacidad y seguridad de los datos: La recopilación y el análisis de datos personales por parte de sistemas de IA pueden plantear preocupaciones sobre la privacidad. Si los datos sensibles se utilizan de manera indebida o se filtran, las personas podrían sentirse vulnerables y ansiosas por su privacidad y seguridad.
- Aislamiento social: A medida que la IA se utiliza en aplicaciones como asistentes virtuales y redes sociales, existe el riesgo de que las interacciones con sistemas automatizados reemplacen las interacciones humanas reales. Esto podría llevar a un aumento del aislamiento social y la soledad, lo que a su vez podría afectar el bienestar y la salud mental.
- Comparación y autoimagen: Las redes sociales y otras plataformas impulsadas por la IA a menudo promueven la comparación constante con otros, lo que puede generar sentimientos de

insuficiencia y disminuir la autoestima. Las imágenes manipuladas digitalmente también pueden contribuir a expectativas poco realistas sobre la apariencia y la imagen corporal.

- Adicción y dependencia: La IA se utiliza en la creación de contenido altamente adictivo, como recomendaciones personalizadas en plataformas de entretenimiento y redes sociales. Esto puede resultar en un uso excesivo y en una adicción a la tecnología, lo que a su vez podría afectar la salud mental y el bienestar general.
- Falta de empatía: La IA carece de empatía y comprensión genuina de las emociones humanas, lo cual puede llevar a sentimientos de frustración y soledad en caso de un alto nivel de interacción con este tipo de sistemas.

1.6 Los vínculos, la sexualidad y la pornografía

Los vínculos sociales representan un ámbito muy importante del ser humano, ya que constituyen la esencia del lenguaje y el pensamiento. El sistema capitalista, en el que se organiza una gran porción de la población a nivel mundial, determina en gran medida el marco en el que se dan las relaciones sociales, tanto económicas, como sociales, culturales y políticas. La lógica capitalista se basa en la maximización de la ganancia individual, y utiliza todos los medios a su alcance para lograrlo, incluso las propias relaciones sociales. Las relaciones sociales se encuentran atravesadas por esta lógica también. El resultado ha sido para las relaciones sociales la pérdida de estabilidad, duración, fidelidad, compromiso, entre otros valores que anteriormente estaban las constituían. Lo pasajero, efímero, contingente, gana terreno en las relaciones sociales. Bauman (2003) en *El amor líquido*, describe a los vínculos humanos de la posmodernidad como frágiles, ambivalentes. Su metáfora le permite explicar las características de esta cultura de la posmodernidad, carente de estabilidad, normas, proyección a futuro, marcos de pertenencia. Las instituciones sociales como la familia, anteriormente piedra angular de toda sociedad, hoy pierden terreno frente al individuo. La vida conyugal, anteriormente considerada como algo sagrado, hoy en día carece de marcos institucionales que la contengan. La vida en pareja se ha desdibujado y hoy en día se presenta como algo amorfo, sin demasiado sentido ni expectativa. La instantaneidad de las experiencias ganan terreno por sobre la estabilidad y la proyección a largo plazo: “hoy las relaciones de la pareja están pautadas por rasgos posmodernos como el hedonismo, narcisismo e individualismo” (Pedroza Flores, 2017, pág 1).

La cultura de la inmediatez ejerce una enorme influencia sobre la vida cotidiana del ser humano: “A lo largo de la historia, encontramos presentes diversas tecnologías que ejercen poder sobre la vida de las personas, ya sea en su forma de pensar, sentir, actuar, y vivir su propio cuerpo, y con ello, su propia sexualidad” (Munk, 2023, pág 59). La sexualidad también se encuentra atravesada por estos valores que imperan en la actualidad: “Los efectos que genera el discurso hegemónico en la cultura (en lo referido a la sexualidad y sus prácticas) visibilizan las relaciones entre poder/verdad//subjetividad/placer”(Munk,

2023, pág 59). Sin embargo, también ha logrado una liberación de los tabúes que permite al sujeto explorar libremente su propio deseo: “mientras permanecíamos bajo la lógica de la scientia sexualis únicamente, había un silenciamiento, nadie hablaba de cómo pasarla bien, de la diversidad, de las posibilidades, nadie hablaba del placer” (Munk, 2023, pág 61). El placer actualmente tiene una entidad creciente, y eso nos vuelve más libres, más conscientes y más educados integralmente, para así tener la posibilidad de elegir desde el deseo, desde lo subjetivo, y no desde el condicionamiento hegemónico (Munk, 2023, pág 61). La pornografía es expresión de la cultura de la inmediatez: “En la actualidad, el porno mainstream, es uno de los grandes representantes de los efectos del discurso hegemónico sobre la sexualidad y sus prácticas” (Munk, 2023, pág 59).

1.7 El trabajo y el ocio

El trabajo también se ha visto afectado por la cultura de la inmediatez, en muchas facetas del mismo. La sobre oferta de información genera en el usuario el miedo a perderse situaciones (en inglés FOMO, fear of missing out). En el trabajo, existe una tendencia hacia el cambio permanente para adquirir nuevas experiencias. Hoy día un joven espera cambiar de puesto de trabajo como mínimo diez veces a lo largo de su vida, un presentimiento que confirman los datos históricos del último siglo (Luna, 2020, pág 16). Por otro lado, los avances tecnológicos presentan un desafío para el mundo del trabajo, ya que tienden a reemplazar a la mano de obra, más aún con la inteligencia artificial. Para evitar futuras frustraciones, el trabajador no establece vínculos con sus tareas ni con sus compañeros (Luna, 2020, pág 17). En “La sociedad del cansancio” (2010) Byung Chul-Han realiza una descripción acerca de las modalidades que adquiere el trabajo en la posmodernidad. Según Han, el sujeto contemporáneo está atravesado por la necesidad de rendimiento en muchos aspectos de su vida, entre ellos el trabajo, lo cual deriva en una autoexplotación. Numerosos trabajos abordaron la cuestión de los nuevos mecanismos de explotación en las incipientes fases del capitalismo, los cuales se caracterizan por mostrar sutiles técnicas de explotación. En la actualidad, sostiene Han, “el sujeto de rendimiento se abandona a la libertad obligada o a la libre obligación de maximizar el rendimiento” (...) la autoexplotación del sujeto (...) es mucho más eficaz que la explotación por otros, pues va acompañada de un sentimiento de libertad” (Han, 2010, pág 32). Por ejemplo, el horario de trabajo tiende a desdibujarse en tareas que requieren cada vez más de la creatividad, la socialización y el afecto. La vida personal es atravesada por el trabajo, de manera sutil: “el sujeto del rendimiento, que se cree en libertad, se halla tan encadenado como Prometeo (...) Así vista, la relación de Prometeo y el águila es una relación consigo mismo, una relación de autoexplotación. El dolor de hígado, que en sí es indoloro, es el cansancio” (Han, 2010, pág 9). El autor sostiene que a la tesis de la sociedad disciplinaria de Foucault, le sigue la de una sociedad del rendimiento, donde se reemplaza la negatividad de lo que implica la prohibición, el control, por una positividad del poder, de la capacidad, como imperativos del rendimiento, lo cual lleva a cuadros de depresión: “El hombre depresivo es aquel animal laborans que se explota a sí mismo, a saber: voluntariamente, sin coacción externa. El es, al mismo tiempo, verdugo y víctima” (Han, 2010, p. 30). La depresión “se desata en el momento en el

que el sujeto de rendimiento ya no puede poder más” (Han, 2010, pág. 31). Y continúa con la siguiente idea que se relaciona al burnout: “No-poder-poder-más conduce a un destructivo reproche de sí mismo y a la autoagresión. El sujeto de rendimiento se encuentra en guerra consigo mismo y el depresivo es el invitado de esta guerra interiorizada. La depresión es la enfermedad de una sociedad que sufre bajo el exceso de positividad” (Han, 2010, pág 31). En la actualidad está en boga el término multitasking, que hace referencia a la capacidad de realizar múltiples tareas de manera simultánea, lo cual genera problemas atencionales: “Esta atención dispersa se caracteriza por un acelerado cambio de foco entre diferentes tareas, fuentes de información y procesos” (Han, 2010, pág 35). Estos fenómenos actuales predisponen el crecimiento de casos de Burnout. El síndrome de burnout es catalogado como factor de riesgo por la Organización Mundial de la Salud desde el año 2010, y lo define como: “un síndrome conceptualizado como resultado del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito. Se caracteriza por tres dimensiones: 1) sentimientos de falta de energía o agotamiento; 2) aumento de la distancia mental con respecto al trabajo, o sentimientos negativos o cínicos con respecto al trabajo; y 3) una sensación de ineficacia y falta de realización. El síndrome de desgaste ocupacional se refiere específicamente a los fenómenos en el contexto laboral y no debe aplicarse para describir experiencias en otras áreas de la vida.” (OMS, 2023). En la cultura de la inmediatez, esta problemática se expresa también en el burnout digital, es decir, dentro del mundo virtual. La ciberpsicología es una novedosa perspectiva: Voiskunsky (2013) la define como la “rama de la psicología que combina (y es responsable de) la metodología, la teoría y la práctica de investigar los tipos, métodos y principios de uso de los servicios sociales de internet por parte de los usuarios” (p. 151). Las políticas de aislamiento han multiplicado esta problemática que aún persisten y constituyen “un factor determinante en la salud mental y psicológica de las personas, en concreto, en relación con el desarrollo del síndrome de Burnout Digital (SBD)” (Escudero, 2023, pág 35). Se puede observar cómo el avance de la tecnología presenta desafíos también para la psicología “ya que supone la influencia de los dispositivos tecnológicos en el comportamiento humano dentro del ámbito laboral, pero aborda su aspecto patológico, por lo tanto entrecruza informática con psicología clarificando el impacto que puede tener en la salud mental” (Escudero, 2023, pág. 49).

El ocio, por el contrario, se refiere a la inactividad, o, mejor dicho, a la actividad de pura contemplación. “La verdadera vida comienza en el momento en que termina la preocupación por la supervivencia, la urgencia de la pura vida” (Han, 2023, p.13). Su contrario es el negocio, orientado a la actividad productiva. Byung Chul Han (2023) expone un elogio a la inactividad en su ensayo *Vida contemplativa*: “La inactividad forma lo humanum. Lo que vuelve auténticamente humano al hacer es la cuota de inactividad que haya en él. Sin un momento de vacilación o de interrupción, la acción se rebaja a ciega acción y reacción” (Han, 2023, p.13). El autor nos comparte el caso del Sabbath, como ejemplo de la inactividad. Ese día festivo, feriado, no hay negocios, no hay trabajo. Lo mismo el día Domingo, que en latín significa día del señor (días para la contemplación). En la mayoría de las sociedades, la organización del tiempo incluye un día con estas características. “El capitalismo, por el contrario,

transforma incluso la fiesta en mercancía. La fiesta se transforma en eventos y espectáculos. Carecen del reposo contemplativo. En cuanto formas de consumo de la fiesta, no establecen una comunidad.” (Han, 2023, p.14). “La acción es constitutiva de la historia, pero no es una fuerza formadora de cultura. El origen de la cultura no es la guerra, sino la fiesta, no es el arma, sino el adorno” (Byung Chul Han, 2023, p.13) . El arte y el aburrimiento son claras manifestaciones del ocio. Cuando uno llega a esos estados, significa que el ocio está haciendo efecto positivo. En el aburrimiento surge lo más real, que es el encuentro con uno mismo. Es el renacer de la contemplación. Y de ahí pueden surgir verdaderas expresiones artísticas, de cualquier índole, sea musical, literario, o incluso filosófico. “La inactividad en cuanto tal es un ayuno espiritual” (...) “La obligación de producir transforma la inactividad en una forma de actividad para poder explotarla” (Han, 2023, p.19). El capitalismo, que se rige por la lógica de la eficiencia y de la productividad, promueve en la actualidad una vida llena de experiencias, como pueden ser los viajes, el deporte, las aventuras, el consumo en general. Pero he aquí la paradoja: ese es el motivo por el cual, se destruye toda experiencia verdadera, justamente por haberse convertido en un consumo, por no tener momentos de ocio. Cada vez soportamos menos el aburrimiento. Y, a raíz de eso “se va echando a perder la capacidad de tener experiencias” (Han, 2023, p.23). Incluso el dormir es arrastrado por esta lógica: “La técnica de los sueños lúcidos inducidos conscientemente sirve para optimizar destrezas corporales y espirituales mientras dormimos” (...) “Es posible que el ser humano se deshaga en el futuro tanto del dormir como del sueño, puesto que ya no le parecían eficientes” (Han, 2023, p.19).

1.8 El aprendizaje

Hace muchos años ya que se descubrió que el aprendizaje es un hecho social, no individual. Lev Vygotsky en su obra “Pensamiento y lenguaje” definió la Zona de Desarrollo Proximal como “la distancia entre el nivel de desarrollo real (determinado por la resolución independiente de problemas) y potencial (determinado por la resolución de problemas bajo la guía de un adulto o en colaboración con compañeros más expertos)”. En el ámbito del aprendizaje, la cultura de la inmediatez tiene su correlato en el uso de pantallas, ya que estas constituyen la fuente de información más buscada. “Los avances en las tecnologías de la información y la comunicación han incrementado el uso de los dispositivos tecnológicos. Como consecuencia de este aumento en el uso, a los niños preescolares les resulta más fácil familiarizarse con dispositivos como tabletas y teléfonos inteligentes antes de adquirir habilidades básicas” (Ofli A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020 p. 110). La contrapartida del uso de pantallas, es que, como hemos descrito anteriormente, la constitución psíquica, el lenguaje, y todo el desarrollo neurocognitivo de los niños dependen en buena medida de las interacciones humanas reales (miradas, tacto, sonrisa, juegos, etc). Numerosos estudios dan cuenta de la incidencia que tiene el uso de pantallas en el aprendizaje. El exceso de exposición a la inmediatez digital en niños puede llevar a problemas de atención, aprendizaje y memoria. Puede acarrear también problemas de ansiedad. Según las recomendaciones de la Academia Estadounidense de Pediatría, los niños menores de 2 años no deben estar expuestos a pantallas, y un uso de pantallas de 1 hora o más al día se considera excesivo para los

niños de entre 2 y 5 años (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020 p. 106). Se ha descubierto que es aconsejable y se debe limitar el uso de los medios digitales en los niños durante las comidas o una hora antes de acostarse, para que puedan crecer y desarrollarse correctamente (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020 p. 106). La sobre estimulación ha dado lugar a la problemática atencional, impidiendo que los niños puedan experimentar situaciones de aprendizaje orientadas a la totalidad de dicha experiencia, es decir, a la capacidad de darle un cierre a ese proceso. Así, vemos como pasan de una imagen a la otra (instagram, facebook, youtube) sin terminar de captar la totalidad. A su vez, el déficit atencional da lugar a las dificultades de poder secuenciar historias y narrarlas. Por otro lado, la sobre estimulación puede generar problemas de insomnio. Un estudio muestra, en un análisis de motivos de consulta de neuropediatría, a niños lactantes con problemas de insomnio e irritabilidad, según reportan sus padres, y ello a causa de la exposición prolongada a teléfonos celulares y la disminución del tiempo de sueño (Figuroa, D Campbell, A., 2020 p. 5). El uso excesivo o la exposición temprana a pantallas se asocia con atención deficiente, falta de control de la conducta, retraso del lenguaje y déficit en la función ejecutiva (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 106). La sustitución de seres humanos por pantallas para la interacción disminuye la capacidad de los niños para reconocer las emociones de los demás y experimentar las emociones suscitadas al interactuar con otros (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 111). También se ha informado que el uso excesivo de pantallas produce cambios neuroanatómicos relacionados con una menor empatía y un control de los impulsos y un procesamiento emocional deficientes (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 107). La regulación emocional (RE) se define como los procesos extrínsecos e intrínsecos responsables de controlar, evaluar y modificar las reacciones emocionales” (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 107). Desde el punto de vista de las neurociencias, supone un desarrollo neurobiológico (desarrollo del lóbulo frontal), un desarrollo conceptual (comprensión de los procesos emocionales) y habilidades de socialización (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 107). La regulación emocional ofrece comportamientos estratégicos más adaptativos y fomenta respuestas adecuadas y flexibles en diferentes contextos emocionales (Ofly A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. , 2020, p. 107).

1.9 Los nuevos padecimientos

- **F.O.M.O. (Fear of Missing Out): consumo de experiencias**

La cultura de la inmediatez da lugar a un padecimiento denominado FOMO, que significa el miedo a perderse experiencias. Para evitar perderse situaciones, existe un impulso de las personas a un uso constante, compulsivo y excesivo de las redes sociales (M., Fraschetti, A., Mari, E., y Giannini, A. M., 2020). El FOMO está estrictamente relacionado con el uso de las redes sociales y la hiperconectividad, ya que estas plataformas muestran constantemente a las personas lo que otros están haciendo y compartiendo en tiempo real. El FOMO puede manifestarse de varias formas:

1. **Distracción Constante:** Es sentir la necesidad de revisar repetidamente las redes sociales para asegurarse de no estar perdiéndose nada importante. Además, impide los momentos de aburrimiento, en donde la atención no está enfocada hacia nada en particular.

2. **Comparación Social:** Presenciar las experiencias de los otros de manera virtual puede llevar a experimentar sentimientos de inferioridad en caso de que sean comparadas con las propias de manera negativa.

3. **Ansiedad y Estrés:** La preocupación por perderse eventos o experiencias puede causar ansiedad y estrés, especialmente cuando se siente que no se está al tanto de todo lo que está sucediendo.

4. **Presión por sentido de pertenencia:** El FOMO puede llevar a cabo a las personas a participar en actividades o eventos en los que en realidad no está interesado/a.

- **Hiper-Conectividad: Consumo del Ocio (Neg-Ocio)**

La "hiperconectividad" se refiere a un estado en el cual las personas, dispositivos y sistemas están interconectados de manera intensa y constante a través de tecnologías de comunicación, especialmente a través de internet. En este estado, las personas tienen acceso constante a una gran cantidad de información, comunicación y servicios a través de diversos dispositivos, como teléfonos inteligentes, tabletas, computadoras y otros dispositivos conectados a la red. Es el principal fenómeno que ha impulsado la inmediatez.

- **Nomofobia (no-mobile-phone-phobia)**

Es el miedo a estar desconectado, a quedarse sin batería o sin datos.

- **Phubing**

Uso abusivo del smartphone en ámbitos sociales, el cual da lugar a la pérdida de registro del entorno, lo cual puede llevar a sensaciones de aislamiento.

- **Cibercondria**

Consiste en la creencia de que se padece alguna enfermedad luego de haber extraído información de internet.

- **Trastorno de identidad disociativo**

Consiste en la pérdida momentánea de la distinción entre virtualidad y realidad, en un contexto de exceso de tiempo destinado al videojuego.

- **Desensibilización**

Consiste en la exposición constante a determinadas imágenes, lo que puede causar pérdida de sensibilidad en determinadas cuestiones (por ejemplo, situaciones violentas, o escenas pornográficas). Para resumir lo que hemos señalado como nuevos padecimientos psicológicos, presentamos algunas problemáticas que se han ido observando a raíz del creciente uso de la tecnología sobre la salud mental. Enumeramos algunas de ellas:

1. Adicción al celular
2. Insomnio
3. Ciberacoso
4. Comparación social (el uso de las redes sociales puede llevar a la comparación social, por el hecho de estar constantemente bajo estímulos visuales de situaciones ajenas). Generalmente, lo que se muestra en las redes sociales son situaciones exitosas, novedosas e interesantes, lo cual puede generar baja autoestima o un autoconcepto negativo en caso de no estar en las mismas condiciones. Las personas pueden sentir que sus vidas no son tan interesantes o emocionantes como las de otros, lo que puede llevar a la depresión y la ansiedad.
5. F.O.M.O. (fear of missing out, en sus siglas en inglés, que significa miedo a quedarse afuera de algo, falta de pertenencia).
6. Ansiedad.
7. Aislamiento Social (debido a la preferencia de interacciones virtuales).
8. Problemas de atención.
9. Sedentarismo.
10. Dependencia Emocional (la tecnología, especialmente las redes sociales y las aplicaciones de citas, puede fomentar la dependencia emocional en las relaciones. Las personas pueden volverse demasiado dependientes de la retroalimentación y la validación que reciben en línea, lo que puede afectar negativamente su autoestima y bienestar emocional).
11. Autoconcepto: La presión por mostrar éxito en las redes sociales y la constante comparación en línea, hace que pueda caer la autoimagen.

Capítulo 2: El tiempo en la cultura de la inmediatez (nivel de análisis filosófico)

En este capítulo trabajaremos el concepto del tiempo en relación a cómo podría ser su percepción dentro de la cultura de la inmediatez. Debido a que es un concepto que presenta un elevado nivel de abstracción, el abordaje lo haremos desde una rama de la filosofía, la ontología, que es el estudio del Ser. Nuestro objetivo será confrontar el concepto de tiempo con el de inmediatez, y relacionar este fenómeno con el concepto de atomización del tiempo (Han, 2020). La palabra "inmediatez" proviene del latín "immediatus", que es una combinación de "in" (que denota negación) y "mediatus" (que significa "medio"). Han lo describe de la siguiente manera:

Al tiempo le falta hoy un armazón firme. No es una casa, sino un flujo inconsistente. Se desintegra en la mera sucesión de un presente puntual. Se precipita sin interrupción. Nada le ofrece asidero. El tiempo que se precipita sin interrupción no es habitable (Han, 2020, p.13).

Por lo tanto, "inmediatez" denota la cualidad de no tener algo intermedio o intermediario, es decir, algo que es directo, sin demora o sin mediación. La inmediatez entonces se refiere a la cualidad o estado de ser inmediato, es decir, lo que está directamente presente o disponible sin intermediarios temporales. Es la característica de algo que está al alcance o que sucede de manera casi instantánea, sin mediación del tiempo:

Este medio carece de tiempo. Reina un presente total, que suprime precisamente el instante. El tiempo despojado del instante tan solo aditivo, y ya no guarda relación con una situación. Como temporalidad del clic, carece de decisión y resolución. El instante se retira del clic (Han, 2012, p. 28)

Por otro lado, el tiempo es la dimensión, junto con el espacio, en la que ocurren y se suceden los eventos, procesos y cambios en el universo. La teoría de la relatividad ha comenzado a poner en cuestión la relación entre ambas dimensiones: "Una vez emancipado el tiempo con respecto al espacio, la sociedad se empeñó en crear máquinas cada vez más veloces que acortaran todo lo posible el tiempo" (Luna, 2020, p. 14). El tiempo como medida de duración y de secuencia de los acontecimientos, nos permite ubicarlos en el pasado, el presente y el futuro, por lo cual es importante su análisis: "Para Bauman la humanidad ha pasado de la prehistoria del tiempo a la historia del tiempo en la modernidad, que es el tiempo en el que el tiempo posee historia" (Luna, 2020, p. 14). El tiempo nos proporciona un

sentido de orden y continuidad en nuestras vidas y en el mundo que nos rodea. La posibilidad de autoconciencia, acumulación de conocimientos y transmisión de cultura no sería posible sin este ordenamiento. El tiempo también es una experiencia subjetiva que influye en nuestra percepción del paso de los momentos. Podemos experimentar el tiempo como algo que fluye o se mueve en una dirección continua desde el pasado hacia el futuro. Desde el punto de vista de la percepción del tiempo, experimentamos una atomización temporal debido a la carencia de ordenadores en la experiencia cotidiana (Byung Chul Han, 2020). Estos ordenadores son, como mencionamos en el capítulo anterior, por ejemplo, los rituales, conmemoraciones, aniversarios, etc. Constituyen instituciones que ordenan la experiencia, le dan un sentido, siempre comunitario.

Desde la filosofía, el tiempo está relacionado con la idea de causalidad y cómo los eventos están vinculados por relaciones de causa y efecto. Con estas definiciones, podemos afirmar que la inmediatez tiende a la negación del tiempo. Lo inmediato implica falta de tiempo. Y el tiempo constituye al Ser. ¿Cómo se relacionan, desde la filosofía, el concepto ontológico de Ser con el de Tiempo? ¿Qué es el Ser, desde el punto de vista ontológico, es decir, desde su atribución de sentido? Para responder estas preguntas, profundizaremos en el pensamiento de Martin Heidegger en su obra *Ser y Tiempo*. El autor sostiene que el ser no es algo en sí mismo, ya que siempre el ser es ser de algún ente que se encuentra existiendo, bajo una determinada forma de ser. El sentido del ser tiene que ver con su actualización, su potencialidad, su energía. El ser humano, por ejemplo, no es puro acto, sino puro movimiento, porque el movimiento es signo de vida. Lo contrario al movimiento es la quietud, dimensión que se encuentra más cerca del concepto de *nada o vacío*. El ser humano es una combinación entre acto y potencia, es decir, es movimiento. Es la conjunción entre ser y nada, lo cual origina el movimiento mediante el pasaje de uno a otro, como la energía que se origina entre polos opuestos. Se puede realizar una relación entre este argumento con el pensamiento oriental respecto al vacío: “La forma es el vacío y el vacío da la forma, así el objeto y su entorno se determinan mutuamente” (Gamarra, 2022, pág 48).

El Ser es, ante todo, falta, ya que es la falta lo que hace que sea: si no hubiera falta, no habría movimiento, es decir, no habría existencia. Ahora bien, el único ser que puede tener autoconciencia de su existir, es el ser humano: el *Dasein* (o ser ahí). Si lo que se quiere estudiar, es decir, el objeto de estudio, es el ser, es porque hay una situación de auto-revelación, de autoconocimiento. El ser humano es el único ser que se dirige a su ser. Puede apartarse de su propia cotidianeidad, para observarse a sí mismo, problematizarse, crear posibilidades, elegir. Podemos preguntarnos por el ser, justamente por nuestra aperturidad (proyección de posibilidades, fundamento de la libertad). La génesis de la aperturidad humana es su naturaleza social. Heidegger lo llama *ser-ahí-con-otros*. Como hemos visto, numerosos filósofos han sostenido la importancia del vínculo humano en la formación de la consciencia. Desde la fenomenología, el estudio del Ser se centra en la experiencia misma, como proceso dinámico en el que nuestra conciencia participa:

Lo real también es, y es ante todo, la pantalla misma como obstáculo que siempre distorsiona nuestra percepción del referente, de la realidad que está ahí. En términos filosóficos, en ello radica la diferencia entre Kant y Hegel: para el primero, lo real es el dominio noumenico que percibimos esquematizado a través de las categorías trascendentales; para el segundo, al contrario, si sustraemos de la Cosa la distorsión de la pantalla, perdemos la Cosa misma (...) razón por la cual, para Lacan, que aquí sigue a Hegel, la Cosa en sí es en última instancia la mirada, no el objeto percibido (Zizek, 2021, p. 318)

En sintonía con la propuesta fenomenológica, y haciendo un paralelismo con la mirada lacaniana, de la cita anterior de Zizek, Federico Muller (2005) realiza un recorrido teórico dentro del psicoanálisis describiendo el paso de la idea de sujeto monológico a sujeto dialógico.

La noción de un sujeto dialógico comienza a reemplazar la idea de sujeto monológico. Este desplazamiento se da al menos en cuatro frentes dentro del psicoanálisis. El primero parte de la consideración de espacios internos y externos hacia un énfasis en los espacios “entre”. El segundo prioriza la relación sujeto-sujeto por sobre la relación sujeto-objeto. El tercero enfatiza la acción y las prácticas relacionales por sobre el insight. El cuarto parte de perspectivas fundacionistas, realistas o positivistas hacia perspectivas hermenéuticas y constructivistas (Muller, 2005, pág 233).

La ontología existencialista estudia el sentido del ser desde la fenomenología: el horizonte de posibilidades que hace posible que comprendamos el ser en tanto ser. Ese horizonte de posibilidades es el tiempo. Es decir que, desde el enfoque fenomenológico del existencialismo heideggeriano, el sentido del ser es el tiempo:

Todas las estructuras del ser-ahí, unidas bajo la estructura del cuidado, deben concebirse en lo que respecta a su despliegue como temporales. Todo acontece en un único movimiento desglosado en un triple tipo de

vivencia, pasado, presente y futuro, que se halla por debajo de todas las demás vivencias. En cuanto el cuidado tiene estructura de posibilidad, su ser es la temporalidad. (...) La constitución fundamental del ser-ahí se funda en la temporalidad (Zeitlichkeit) (Lozano, 2004, pág. 204).

Desde la corriente existencialista, la herramienta humana para la autoconciencia es la disposición afectiva: el ser humano se relaciona no sólo cognitivamente, sino sobre todo, afectivamente. La angustia, sostiene, es el estado anímico existencial por excelencia: irrumpe por el hecho de estar enigmáticamente arrojados al mundo. Es una disposición afectiva cuyo objeto es el estar-en-el-mundo como tal, un mundo cuyas posibilidades de existencia son condicionadas por la indefinida, contingente, pero omnipresente y necesaria posibilidad de dejar de existir. Para el existencialismo heideggeriano, la angustia revela aquella única posibilidad que implicaría dejar de ser, lo cual implica un re descubrimiento del ser. Queda de manifiesto entonces, desde la filosofía existencialista, la tensión que se genera entre la cultura de la inmediatez y el fundamento que da sentido a la existencia del ser humano: el tiempo.

Capítulo 3: Las producciones culturales en la cultura de la inmediatez (nivel de análisis socio-cultural)

En este capítulo abordaremos la inmediatez desde un nivel de análisis socio cultural, es decir, desde sus implicancias sociales, culturales y comunitarias. Como hemos señalado, entendemos lo social como una entidad independiente, y no como la mera suma de individuos. Al hablar de sociedad, hablamos de una relación de reciprocidad entre el grupo y sus miembros. Esa simbiosis que construye cultura, se está erosionando debido al fenómeno de la inmediatez. En su libro "La interpretación de las culturas" (1973), Clifford Geertz, antropólogo, argumenta que la cultura no se limita solo a las manifestaciones artísticas, tradiciones o costumbres, sino que es un concepto mucho más amplio y profundo. Él ve la cultura como un sistema de significados que los seres humanos crean y transmiten a través de símbolos. Estos símbolos son los que dan forma y sentido a la vida social y dan significado a todas las acciones humanas. Siguiendo la idea de Geertz, definiremos a la cultura como la sumatoria de toda manifestación humana que haya podido ser transmitida. Es decir, la cultura está claramente atada al lenguaje. Y el lenguaje es intrínseco a la tendencia de sociabilidad del ser humano. Al lenguaje lo definiremos como una herramienta de comunicación humana, basada en un sistema estructurado y convencional conformado por símbolos que expresan y transmiten pensamientos, ideas, emociones y conceptos entre los individuos, e incluso intergeneracionalmente, lo cual conlleva la acumulación de cultura. De esta manera, individuo y cultura conforman una relación simbiótica. De acuerdo con George Mead en su trabajo *Espíritu, persona y sociedad*, del año 1934, el yo surge de la interacción social que se da en el proceso de internalización de la norma, originada en la Comunidad, con el formato del "otro generalizado", mediante el cual la comunidad entra en el pensamiento y nos hace humanos:

Tenemos entonces un "otro" que es una organización de las actitudes de los que están involucrados en el mismo proceso. La comunidad o grupo social organizado que proporciona al individuo su unidad de persona puede ser llamado "el otro generalizado". La actitud del otro generalizado es la actitud de toda la comunidad. (...) Es en esa forma que la comunidad ejerce su control sobre el comportamiento de sus miembros individuales; porque de esa manera el proceso o comunidad social entra, como factor determinante, en el pensamiento del individuo (Mead, 1934/1957, p. 184- 185).

Podemos trazar un paralelismo entre los conceptos de Mead expuestos con el concepto lacaniano del Gran Otro:

¿Qué es entonces el Gran Otro? ¿Es el mecanismo anónimo del orden simbólico o es solo otro sujeto en su alteridad radical, un sujeto del que estoy separado por el muro del lenguaje? (...) La fórmula de Lacan es ambigua. *Es en cuanto Otro como el hombre desea* significa primero que el deseo del hombre está estructurado por el gran Otro descentrado, el orden simbólico: lo que deseo está predeterminado por el gran Otro, el espacio simbólico que habito. (...) Existe de todos modos, otro significado para *el deseo del hombre es el deseo del Otro*: el sujeto solo desea en la medida en que percibe al Otro como deseante, como sede de un deseo indescifrable (Zizek, 2016, p. 51).

En este sentido, se puede relacionar este concepto con aquéllos utilizados por los contractualistas para explicar el origen de la sociedad:

El argumento de Lacan es que necesitamos este recurso a la performatividad, al pacto simbólico, precisamente y sólo por cuanto el otro a quien me enfrento no solo es mi doble especular, alguien como yo, sino también el elusivo Otro absoluto que, en última instancia permanece como un misterio indescifrable. La función principal del orden simbólico, con sus leyes y obligaciones, es volver nuestra coexistencia con el otro mínimamente tolerable: un Tercero debe interponerse entre mis prójimos y yo, de manera que nuestras relaciones no estallen en violencia asesina (Zizek, 2016, p. 54).

La génesis intersubjetiva del yo es compartida además por Alexander Kojève, quien siguiendo a Georg Wilhelm Friedrich Hegel en un análisis de la autoconciencia, como necesidad de reconocimiento, funda al deseo de otro deseo como base de las relaciones sociales y surgimiento de la autoconciencia. Los postulados del individualismo presentes en la cultura posmoderna de la inmediatez van en detrimento de la intersubjetividad, hecho que se puede observar en ámbitos como el lenguaje, el trabajo, los vínculos afectivos, el arte, el entretenimiento, la comunicación, etc. La inmediatez afecta al lenguaje, ya que este implica reciprocidad, con tiempos y ritmos propios y determinados por cada vínculo e intercambio específico. La inmediatez lleva a su mínima expresión todo tipo de intercambio, ya que esa es su razón

de ser. La riqueza del lenguaje se expresa en obras de arte como la narración. La inmediatez en el lenguaje se expresa en herramientas comunicativas como los stickers y los memes, que, con gráficos, tienden a reemplazar a la narración.

Un término muy utilizado en la actualidad dentro del mundo de la publicidad y el marketing es el de *experiencia*, para referirse a situaciones ideales a ser vivenciadas y compartidas. Este recurso publicitario de marketing tiene como fin el consumo. Pero las experiencias y los vínculos no se consumen, se viven: “La experiencia en sentido enfático no es un resultado del trabajo y el rendimiento. No se la puede producir por medio de la actividad (...) se basa en el don y en la recepción” (Han, 2023, p.22). En el mismo momento en que se consumen, dejan de ser experiencias, para convertirse en mercancía. Las experiencias, los vínculos, la comunicación, son siempre auténticas y genuinas, ya que nacen en la reciprocidad (lo que uno ofrece al entorno, en reciprocidad con lo que el entorno le ofrece a uno mismo). Por el contrario, el consumir algo aniquila al producto una vez que lo consume, lo asimila a su ser, y en esa acción no hay reciprocidad.

Las actividades requieren una intensa pausa contemplativa. Son raras las actividades en una época de apuros en la que todo se ha tornado tan a corto plazo, tan de corto aliento, tan corto de miras. Hoy se impone por todas partes la forma de vida consumista en la que toda necesidad debe ser satisfecha de inmediato. No tenemos paciencia para una espera en la que algo pueda madurar lentamente. Lo único que cuenta es el efecto a corto plazo, el éxito veloz. Las acciones se acortan y se convierten en reacciones. Las experiencias se rebajan a vivencias. Los sentimientos se empobrecen en la forma de emociones o afectos. No tenemos acceso a la realidad, que sólo se revela a una atención contemplativa (Byung Chul Han, 2023, p.22).

En las relaciones de producción capitalistas, el fin último es la maximización de las ganancias al menor costo posible. Y los vínculos caen justamente también en esa lógica, aniquilando lo más preciado del ser humano, tomando al otro como medio. Sin pretender ahondar en una teoría económica, ni moral, sin dudas esta pregunta es acerca de la cuestión del valor. ¿Y qué otra cosa más valiosa, que el propio vínculo humano, es decir, aquéllo que nos hace seres humanos? Las relaciones sociales bajo la lógica puramente capitalista exhiben la contradicción de ubicar a los vínculos no como fines en sí mismos sino como medios para la consecución de otros fines. ¿Qué papel juegan las instituciones sociales y el lenguaje? Byung Chul Han nos habla de los rituales como generadores de comunidad sin comunicación, en contraposición a la actual tendencia a la comunicación sin comunidad. Pero sin comunidad, el

lenguaje desaparece, ya que la génesis del lenguaje es siempre lo social. Por ende, la comunicación sin comunidad se vuelve algo contradictorio, sin sentido. No emana del vínculo. Los trabajos de Han reflejan una mirada crítica y exhaustiva en torno a la Posmodernidad, cada vez más carente de rituales. En *La desaparición de los rituales* (2019), Han nos muestra la importancia de los rituales en una sociedad, por ser generadores de lazo social, creadores de comunidad sin comunicación, en contrapartida de las redes sociales imperantes, que alimentan una comunicación sin comunidad:

Los ritos son acciones simbólicas. Transmiten y representan aquellos valores y órdenes que mantienen cohesionada una comunidad. Generan una comunidad sin comunicación, mientras que lo que predomina hoy es una comunicación sin comunidad. De los rituales es constitutiva la percepción simbólica. (...) Al ser una forma de reconocimiento, la percepción simbólica percibe lo duradero. De este modo el mundo es liberado de su contingencia y se le otorga una permanencia. El mundo sufre hoy una fuerte carestía de lo simbólico. Los datos y las informaciones carecen de toda fuerza simbólica, y por eso no permiten ningún reconocimiento. En el vacío simbólico se pierden aquellas imágenes y metáforas generadoras de sentido y fundadoras de comunidad que dan estabilidad a la vida. Disminuye la experiencia de la duración. Y aumenta radicalmente la contingencia (Byung Chul Han, 2020, p.12).

Como señalamos anteriormente, otro elemento característico de la cultura de la inmediatez es el entretenimiento. Las formas de entretenimiento actuales, como las series de netflix o los videojuegos, son expresión del individualismo, y se alejan de lo que eran los rituales festivos:

La época sin fiestas es una época sin comunidad. Hoy se evoca por todas partes la *community*, pero esta es una forma mercantil de comunidad. No permite que surja ningún nosotros. El consumo desatado aísla y aleja a las personas. Los consumidores están solos. También la comunicación digital resulta ser una comunicación sin comunidad. Los medios sociales aceleran la desintegración de la comunidad. El capitalismo transforma el propio tiempo en una mercancía. Con lo cual ésta pierde toda festividad. A

propósito de la comercialización del tiempo, Debord señala que la realidad del tiempo ha sido sustituida por la publicidad del tiempo (Byung Chul Han, 2023, p.14).

El puro consumismo es signo de esa ansiedad existencial que ese estado de cosas generan, sobre todo en la juventud, debido a la enorme incertidumbre de no tener una contención a nivel social que brinde alguna respuesta, algún sentimiento de pertenencia, alguna significación trascendente. Actualmente todo es dejado a merced del individuo, incluso las respuestas a las preguntas más básicas y profundas del existir. Pero como es difícil lidiar con una incertidumbre tan grande, el consumismo pareciera ser la escapatoria, sea consumo de bienes, de servicios, o de sustancias. La desinstitucionalización, la ausencia de normas (anomia), la desocialización o falta de sentido de pertenencia y ausencia de roles, han generado una grave falta de contención que alimenta aún más esa angustia posmoderna. Hace más de cien años, el sociólogo francés Émile Durkheim explicaba este fenómeno, en un contexto completamente distinto al nuestro, y desarrollaba el concepto de anomia en su obra *La División del Trabajo Social y El Suicidio*, identificando el momento en el que los vínculos sociales se debilitan y la sociedad pierde su fuerza para integrar y regular adecuadamente a los individuos, generando fenómenos sociales tales como el suicidio. La excesiva comunicación sin Comunidad deja al individuo a su merced. La angustia que irrumpe ante un contexto de soledad entre tanta comunicación será la fuerza motora para buscar ese verdadero lazo social en el que el ser humano puede autorrealizarse.

Capítulo 4: El equilibrio fisiológico en la cultura de la inmediatez (nivel de análisis fisiológico)

La cultura de la inmediatez tiene consecuencias a nivel fisiológico. Las neurociencias estudian desde un enfoque multidisciplinario las bases biológicas de la cognición y la conducta. Nos enfocaremos en cuatro sustancias químicas (neurotransmisores) que son el correlato biológico del bienestar y la felicidad a nivel neuronal. Los neurotransmisores son sustancias químicas que transmiten señales a lo largo de las sinapsis, que son las conexiones entre las neuronas (células nerviosas) en el sistema nervioso. Estas sustancias químicas permiten la comunicación entre las neuronas y son esenciales para el funcionamiento del sistema nervioso. Actúan sistémicamente dentro de circuitos o vías neuronales, cada uno con una función prevaeciente. El sistema neuronal de la recompensa, a través del circuito dopaminérgico y el sistema neuronal regulador, a través del circuito serotoninérgico, son los protagonistas del sistema de bienestar a nivel orgánico. Las endorfinas, por su parte, son hormonas que funcionan como analgésicos, y la oxitocina (hormona del amor) es la responsable del apego a nivel orgánico, y la principal hormona encargada de la generación de vínculos afectivos.

La dopamina es un neurotransmisor que juega un papel crucial en la transmisión de señales en el sistema nervioso. Se produce en varias áreas del cerebro, especialmente en regiones como la sustancia negra y el área tegmental ventral. Está relacionada con los circuitos de recompensa, y su liberación está asociada con sensaciones de placer. Esto puede contribuir al desarrollo y mantenimiento de comportamientos adictivos. El circuito de recompensa es un sistema neural en el cerebro que desempeña un papel fundamental en la motivación y el placer. Este circuito está involucrado en la búsqueda y el procesamiento de recompensas, ya sean naturales (como la comida, el deporte o el afecto) o artificiales (como las drogas). La activación de este circuito genera sensaciones de placer y refuerza el comportamiento que lleva a la obtención de la recompensa. El principal componente del circuito de recompensa es el sistema mesolímbico, que incluye la región ventral tegmental y el núcleo accumbens, entre otras áreas del cerebro. Las áreas involucradas son:

- **Área Tegmental Ventral:** Es una región en el tronco cerebral que contiene neuronas que sintetizan y liberan neurotransmisores, incluida la dopamina. Estas neuronas proyectan sus axones hacia el núcleo accumbens y otras áreas del cerebro.
- **Núcleo Accumbens:** Parte del cuerpo estriado, es una región clave en el procesamiento de recompensas. Recibe señales de la VTA, especialmente de las neuronas que liberan dopamina. La dopamina es liberada en respuesta a estímulos placenteros y refuerza la conexión entre la acción que lleva a la recompensa y la sensación de placer asociada.
- **Corteza Prefrontal:** La corteza prefrontal, otra parte importante del circuito, está involucrada en la toma de decisiones y la planificación. Recibe información del núcleo accumbens y ayuda a regular la respuesta a las recompensas.

La dopamina puede desempeñar un papel más relevante en la motivación para obtener una recompensa o gratificación, que en el placer de la recompensa en sí mismo (Lembke, 2023, p.58). Esto es muy relevante para nuestro estudio por tres razones que dejan al descubierto las contradicciones entre la obtención de placer inmediato y la construcción de un verdadero bienestar. Primero, porque, como hemos señalado, la hiper conectividad en general, y las Redes Sociales en particular, generan altos niveles de dependencia y adicción: desde el acceso a vínculos sociales, hasta el consumo de bienes, servicios, videojuegos, pornografía, etc. Funcionan como una droga a nivel cerebral. Cuanta más cantidad de dopamina libera una droga en la vía de recompensa del cerebro (circuito cerebral que une el área tegmental ventral, el núcleo accumbens y la corteza prefrontal), y cuanto más rápido lo hace, más adictiva resulta la droga (Lembke, 2023, p.59). En segundo lugar, porque a nivel fisiológico el organismo tiende a la homeostasis, es decir, al equilibrio. El sistema de recompensa no es la excepción. Por eso, el placer no puede ser eterno, sino que el sistema siempre tiende a compensarse. El placer y el dolor, por ejemplo, se procesan en regiones cerebrales superpuestas y funcionan a través de un mecanismo de proceso opoente (Lembke, 2023, p.61). Este sistema de autorregulación fisiológica es el responsable de que un alto nivel de liberación de dopamina repentina (por ejemplo en el consumo de drogas, bienes, o uso de dispositivos electrónicos y redes sociales) no pueda durar mucho tiempo (a diferencia de la liberación paulatina de dopamina, como durante la actividad física y la socialización a través de los vínculos presenciales). En tercer y último lugar, siguiendo el objetivo de presentar las contradicciones entre placer inmediato y verdadero bienestar, aparece un fenómeno llamado tolerancia. La tolerancia, o neuroadaptación, significa que con una exposición repetida a un mismo estímulo de placer, la respuesta biológica va perdiendo intensidad. La exposición continua a un estímulo placentero hace que este mismo desaparezca ya que se produce un déficit de dopamina a nivel neuronal (tanto en la liberación como en la recaptación) y como consecuencia una disminución de la sensibilidad de los circuitos de recompensa (Lembke, 2023, p.66).

El sistema serotoninérgico se refiere a la red de neuronas que utilizan la serotonina como neurotransmisor. Desempeña un papel crucial en la regulación del estado de ánimo, el sueño, el apetito y diversas funciones cognitivas. Se encuentra principalmente en un grupo de núcleos en el tronco cerebral, conocido como los núcleos del rafe. Muchos antidepresivos actúan aumentando la disponibilidad de serotonina en la sinapsis, lo que se asocia con una mejora en el estado de ánimo. Además, se ha implicado al sistema serotoninérgico en la regulación del sueño, el control del apetito, la ansiedad y otras funciones cerebrales. Nos centraremos en su principal función, la estabilizadora, ya que es conocida por su papel en la regulación del estado de ánimo y ya que se presenta como la contracara de los excesos que podrían resultar de altos niveles dopaminérgicos repentinos.

Las endorfinas son un grupo de neurotransmisores y neuropéptidos producidos por el sistema nervioso y la glándula pituitaria en respuesta a ciertos estímulos, como el ejercicio, el estrés y el dolor. La actividad física, especialmente el ejercicio aeróbico, es conocida por aumentar la liberación de endorfinas. Las

endorfinas funcionan como analgésicos naturales al unirse a los receptores opioides en el sistema nervioso central. Estos receptores están involucrados en la percepción y respuesta al dolor. También pueden liberarse en respuesta al estrés y al dolor actuando como un mecanismo de alivio y regulación emocional. De hecho se ha comprobado que desempeñan un papel en la regulación del estado de ánimo y en la generación de sensaciones de bienestar emocional en general.

La oxitocina es una hormona y neurotransmisor producido en el hipotálamo y liberado por la glándula pituitaria posterior. Como mencionamos anteriormente, es conocida como la "hormona del amor" o "hormona del apego". Se ha asociado con la formación de vínculos sociales, la confianza y el comportamiento afectivo. Se libera en situaciones sociales positivas y afectivas, como abrazos, caricias y relaciones íntimas.

Como podemos observar, la cultura de la inmediatez puede ofrecer situaciones placenteras a corto plazo, tal como lo hacen algunas sustancias al ser consumidas. Pero esa actividad neuronal producto de dichas situaciones, no se mantiene fisiológicamente a largo plazo, sino que tiende a generar lo contrario, situaciones de malestar, producto de que el exceso de actividad dopaminérgica es lesivo a nivel celular. Es decir, atenta contra el equilibrio y hace disminuir la actividad serotoninérgica. Por otro lado, la inmediatez de la virtualidad no favorece la liberación de endorfinas ni de oxitocina, claves para el bienestar. Es por eso que un estado fisiológico cargado de situaciones de gratificación instantánea es incompatible con un estado de bienestar psíquico. Este último se relaciona con aquellos comportamientos y experiencias a largo plazo, como pueden ser por ejemplo los sentimientos. A diferencia de las emociones, éstos provienen por ejemplo de vínculos, trabajos, proyectos, creencias, etc. que perduran en el tiempo por ser estables y a los cuales se les asigna un sentido construido.

Capítulo 5: El deseo en la cultura de la inmediatez (Nivel de Análisis psíquico)

5.1 Lo inmediato vs. la constitución psíquica

La constitución psíquica que se da en los primeros años de vida depende en gran medida de las interacciones humanas. Luego, a lo largo de la vida, dichas interacciones también ayudarán al proceso de construcción subjetiva. El Narcisismo Primario, según Sigmund Freud, se refiere a una fase temprana en la infancia donde el bebé experimenta el mundo principalmente a través de su propio yo y no tiene una clara diferenciación entre el yo y el entorno. Durante esta etapa, el bebé se percibe a sí mismo como el centro de su universo y tiende a atribuir características positivas a todo lo que está asociado con su propio yo, situación reforzada por sus cuidadores, quienes, según una metáfora del autor, lo consideran como “su majestad el bebe”. Enfermedad, muerte, renuncia al goce, restricción de la voluntad propia no han de tener vigencia para el niño, las leyes de la naturaleza y de la sociedad han de cesar ante él, y realmente debe ser de nuevo el centro y el núcleo de la creación” (Freud, 1914, p.88). Esta etapa es considerada como una parte normal del desarrollo infantil y es fundamental para la formación de una identidad sólida.

El médico pediatra y psicoanalista inglés Donald Winnicott estudió los objetos y fenómenos transicionales en el proceso de constitución psíquica, fundando una corriente psicoanalítica dentro de la escuela inglesa centrada en el concepto de self. Como bien se sabía en aquella época. Las diversas experiencias de frustración representan para el bebe un contacto con la realidad, es decir, un proceso de diferenciación yo-no yo. Esto había sido estudiado por muchos investigadores, incluido Sigmund Freud. Freud había estudiado los fenómenos de autoerotismo, como el chupeteo, en el cual el bebe sustituye la experiencia de satisfacción aún presente en la huella mnémica por mecanismos alternativos que servirán para ir tolerando las frustraciones de no tener al instante esa experiencia original. Los objetos y fenómenos transicionales mencionados por Winnicott siguen esta línea. A medida que la madre “suficientemente buena” va encontrando otros quehaceres en su vida, la relación con el hijo va sufriendo transformaciones, referidas a la intensidad y la cualidad de la relación entre la madre y el bebe. Así, por ejemplo, la función paterna tendrá especial relevancia para la constitución psíquica del bebe, elemento que lo ha acercado a Lacan. Estos espacios intermedios que dan lugar a un cambio entre un estado de percepción y otro, no suponen inmediatez, sino que conllevan un proceso gradual. El autor describe el proceso como “una amplia variación en la secuencia de hechos que empieza con las primeras actividades de introducción del puño en la boca por el recién nacido, y que a la larga lleva al apego a un osito, una muñeca o un juguete, blando o duro” (Winnicott. 1979, p. 20). El autor sostiene que se pueden estudiar muchas otras cosas de importancia, entre ellas:.

1. La naturaleza del objeto.

2. La capacidad del niño para reconocer el objeto como un "no-yo".
3. La ubicación del objeto: afuera, adentro, en el límite.
4. La capacidad del niño para crear, idear, imaginar, producir, originar un objeto.
5. La iniciación de un tipo afectuoso de relación de objeto.

Vemos así que la experiencia creadora que surge en fenómenos transicionales como el juego, encuentra su génesis no en la inmediatez, sino en procesos graduales.

Otro autor de enfoque psicoanalítico que hemos mencionado, Daniel Stern (1985) define la intersubjetividad como un espacio en el que se da una simbiosis. Ese espacio es una realidad independiente, creadora. Es intersubjetividad porque hay reciprocidad. En su obra "El mundo interpersonal del infante" (1985) Stern desarrolló su teoría de la conciencia temprana y la intersubjetividad. Según Stern, la conciencia en los bebés se origina en la interacción social con sus cuidadores y el entorno circundante. Realiza un recorrido de la evolución del sentido del sí mismo y los divide en distintas etapas: el sentido del sí mismo emergente, el nuclear, el intersubjetivo, y el verbal. Todos presentan en su génesis, la importancia de un otro en un espacio de intersubjetividad:

El infante está dotado de capacidades observables que maduran. Cuando ya se puede contar con esas capacidades, ellas son organizadas y transformadas, en saltos mentales cuánticos, en perspectivas subjetivas organizadoras del sentido del sí mismo y del otro. Cada nuevo sentido de sí mismo define la formación de un nuevo dominio de relacionamiento. Si bien estos dominios de relacionamiento resultan en cambios cualitativos de la experiencia social, no son fases, sino formas de experiencia social que permanecen intactas a lo largo de la vida (Stern, 1996, p. 53).

El autor refiere la importancia de compartir estados afectivos del infante con quien lo cuida. En la mirada se puede observar que captura el contenido afectivo, el cual utiliza de referencia. Sostiene que con diversos estudios se comprobó que la conducta del infante varía según el contenido afectivo de la madre. La inter-afectividad no podría tener lugar en una interacción con pantallas.

La experiencia psíquica según Lacan implica la convivencia de tres registros yuxtapuestos: el imaginario, el simbólico y el real. El primer registro hace referencia al estadio del espejo donde el niño se reconoce a sí mismo como una imagen unificada, en un acto espontáneo y casi inmediato de "jubiloso ajeteo". El

segundo registro, por el contrario, se refiere al siempre gradual acceso al orden simbólico, a través del lenguaje y la cultura en la que nacemos. El Gran Otro expresa conceptualmente la dimensión simbólica del psicoanálisis y la estructura del lenguaje que influye en la formación de la identidad y la subjetividad. Se refiere a la idea de que nuestra percepción de nosotros mismos y del mundo está mediada por el lenguaje y las normas simbólicas que se establecen en la sociedad. El lenguaje ejerce una influencia significativa en la forma en que nos vemos a nosotros mismos y cómo nos relacionamos con los demás. El Gran Otro no sería simplemente una entidad externa o un individuo específico, sino más bien una construcción simbólica y social que existe en el nivel inconsciente. Es un punto de referencia que nos permite comprender nuestra propia identidad en relación con los demás y con las normas y expectativas culturales. El Gran Otro también está relacionado con la idea de la falta en el ser humano. Lacan sostiene que el lenguaje y el orden simbólico nunca pueden representar completamente nuestra experiencia. Siempre hay una brecha entre el sujeto y el Otro, lo que crea una sensación de falta. Por último, el tercer registro, el de lo real, hace referencia justamente a todo aquello que escapa a la posibilidad de ser representado. Con esto, se puede observar que la experiencia psíquica no tiene posibilidad de desarrollarse en vivencias de inmediatez, sino que por el contrario, requiere de complejos procesos yuxtapuestos de la percepción humana.

5.2 Lo inmediato vs. lo erótico

La relación del ser humano con la sexualidad ha sufrido enormes cambios en los últimos años. Por un lado, lo positivo, se han liberado tabúes y prejuicios sociales, como las distintas orientaciones sexuales y se ha dado rienda suelta a los diversos gustos y preferencias individuales. Pero por otro lado, el lado negativo del proceso es que la búsqueda de placer inmediato como fin en sí mismo ha afectado las relaciones sociales, con un creciente narcisismo. Byung-Chul Han (2012) examina la erosión del deseo erótico en la sociedad contemporánea y argumenta que estamos viviendo una "agonía del eros". Sostiene que la hipersexualización y la obsesión por la imagen corporal en la cultura actual han llevado a una disminución de la capacidad de encuentro auténtico y de la erótica del deseo. Ahora bien, en el plano virtual existen fenómenos que son independientes y exacerban aún más estas cuestiones. Nuñez Zidlicky (2020) define a la identidad virtual como una representación dentro del registro imaginario. Por ende, la identidad que se pueda construir dentro de ese registro, tendrá una tendencia narcisista. En *La agonía del Eros* (2012), Byung Chull Han expone su mirada acerca de la pérdida del deseo, reflejada en el creciente narcisismo autorreferencial:

Vivimos en una sociedad que se hace cada vez más narcisista. La libido se invierte sobre todo en la propia subjetividad. El narcisismo no es ningún amor propio. El sujeto del amor propio emprende una delimitación negativa frente al otro, a favor de sí mismo. En cambio, el sujeto narcisista no puede

fijar claramente sus límites, De esta forma, se diluye el límite entre él y el otro. El mundo se le presenta solo como proyecciones de sí mismo. No es capaz de conocer al otro en su alteridad y de reconocerlo en esta alteridad. Solo hay significaciones allí donde él se reconoce a sí mismo de algún modo. Deambula por todas partes como una sombra de sí mismo, hasta que se ahoga en sí mismo (Han, 2012, pág 21).

5.3 Inmediatez vs. Deseo

En este capítulo abordaremos un tema central, que hace referencia al concepto de deseo, desde una mirada lacaniana. La "falta en ser" constituye al sujeto. La falta se relaciona con el lenguaje, se constituye a través suyo. El ser humano nace en un mundo de significados y símbolos los cuales estructuran su experiencia. Sin embargo, el lenguaje nunca puede representar completamente la experiencia humana en su totalidad. Siempre hay una falta en relación con lo que se puede representar. El sujeto busca constantemente llenar esa falta, pero nunca puede hacerlo plenamente.

Lacan distingue entre el deseo y las necesidades. Mientras que las necesidades se refieren a las demandas biológicas básicas, como el hambre o la sed, el deseo es algo más complejo y tiene una dimensión psicológica y simbólica. El lenguaje tiene su génesis en los vínculos sociales. El deseo, para Lacan, es el deseo del Otro, es decir, el deseo de ser reconocido y validado por los demás en el contexto social y simbólico: "El deseo del hombre es el deseo del Otro, donde el de da la determinación llamada por los gramáticos subjetiva, a saber la de que es en cuanto Otro como desea (lo cual es el verdadero alcance de la pasión humana)" (Lacan, 1987, p.794). Este argumento lo encontramos en la dialéctica hegeliana del amo y el esclavo. La filosofía de Hegel ha proporcionado muchos elementos al pensamiento lacaniano, ya que se ha ocupado de edificar un sistema filosófico coherente que busca explicar entre otras cosas, lo real, o la cosa en sí, desde la dialéctica y lo fenomenológico, es decir, tal como son percibidas en la experiencia. Por ende, el deseo está atado al Otro: "el sujeto sólo desea en la medida en que percibe al Otro como deseante, como sede de un deseo indescifrable (...) No sólo el otro se dirige a mí con un deseo enigmático, también me confronta con el hecho de que yo mismo no se que es lo que realmente deseo, con el enigma de mi propio deseo." (Zizek, 2016, p. 51). Aquí surge otro concepto lacaniano que sirve para entender cómo opera el deseo:

Para Lacan, el fantasma provee una respuesta al enigma del deseo del Otro. Lo primero que hay que notar acerca del fantasma es que literalmente nos enseña cómo desear (...) La pregunta original del deseo no es directamente ¿que quiero? sino ¿que quieren los otros de mí? (...) El

fantasma provee una respuesta para este enigma: básicamente, el fantasma me dice lo que soy para los otros (Zizek, 2016, p. 57).

La cultura de la inmediatez taponar la falta, no da lugar al deseo, lo cual se traduce en irrupción de angustia. El consumismo de la cultura de la inmediatez busca tapar la angustia, entrando en un círculo vicioso. Por el contrario, Miller (2020) sostiene que, en la experiencia del análisis, la angustia es la que conduce la cura, por lo cual el analista se orienta por ella, orientándose así a lo real. Ahora bien, existe una diferencia entre el término de la angustia lacaniana y la existencialista:

El ser para la muerte, para llamarlo por su nombre, que es la vía de acceso por la que Heidegger, en su discurso avezado, nos conduce a su interrogación enigmática sobre el ser del ente, no pasa verdaderamente por la angustia. La referencia vivida de la interrogación heideggeriana, él la nombró, ella es fundamental, es de todos, es el on, de la omnitud de la cotidianidad humana, es la preocupación (Lacan, 2004, pág 16).

Así como existen diferencias, también podemos encontrar puntos de encuentro entre ambas corrientes de pensamiento:

Al igual que el Dasein, el sujeto del psicoanálisis se encuentra confrontado con la angustia ante un fundamento originario que lo antecede, y que tiene que ser. De ahí que, para Lacan, el estatus del sujeto del inconsciente sea no ser aún, advenir después del porvenir en una reescritura de la historia. Según Lacan, en consecuencia, la función de la angustia heideggeriana es relevada por la del síntoma y de su sufrimiento (Simonelli, 2014, p. 81).

Resulta importante reconocer el abordaje que realiza Lacan sobre el deseo, en el Seminario 10, donde ya ubica al objeto a como causa de deseo:

"La existencia de la angustia está vinculada al hecho de que toda demanda, aunque sea la más arcaica, siempre tiene algo de engañoso respecto a lo que preserva el lugar del deseo. Esto explica también el lado angustiando

de lo que, a esta falsa demanda, le da una respuesta que la colma (...) hay siempre cierto vacío que preservar, que no tiene nada que ver con el contenido, ni positivo ni negativo, de la demanda. Es de su colmamiento total de donde surge la perturbación en la que se manifiesta la angustia. Nuestra álgebra nos aporta aquí un instrumento muy oportuno para apreciar bien sus consecuencias. La demanda acude indebidamente al lugar de lo que es escamoteado, a, el objeto." (Lacan, 2004, pág. 77)

El sujeto se encuentra inmerso en la cultura de la inmediatez. Nos interesa ubicar las coordenadas del padecimiento subjetivo en este contexto: "Desde el punto de vista de Lacan, la neurosis (y con ello hacemos fundamental referencia al padecimiento subjetivo), construye una respuesta ante la falta del Otro, el deseo, su castración, aquello que constituye nuestro encuentro con la falta fundamental de la ex(sistencia) del sujeto" (Gamarra, 2022, pág. 52). Las redes sociales hoy en día se valen de aquélla condición humana de socialización como base y fundamento de su naturaleza deseante para atraer la mayor cantidad de usuarios, que se conectan buscando justamente el reconocimiento de los demás (o del Gran Otro). Pero las redes sociales están inmersas en el mundo virtual, no el de la realidad:

La realidad virtual simplemente generaliza este procedimiento de ofrecer un producto despojado de su sustancia: presenta la realidad misma despojada de su sustancia, del núcleo duro y resistente de lo real. Así como el café descafeinado huele y sabe a café real sin ser la cosa real, la realidad virtual se experimenta como realidad sin serlo. Todo está permitido, podemos gozar de todo a condición de que esté despojado de la sustancia que lo vuelve peligroso (Zizek, 2016, p.47).

Ahora bien, el mundo virtual nos ofrece la posibilidad de un intercambio recíproco real entre el usuario y el medio: "Es un lugar común enfatizar cómo, con los nuevos medios electrónicos, se ha terminado el consumo pasivo de un texto o de una obra de arte: ya no miramos meramente la pantalla, sino que interactuamos crecientemente con ella, entramos en una relación dialógica con ella" (Zizek, 2016, p. 32). Uno puede crear su propio *site*, página web, o simplemente un blog o perfil, y actuar como influencer, en la vida real de las personas. La virtualidad se presenta como un mundo independiente en el que

navegamos e incursionamos. Es un mundo donde se puede encontrar lo que uno busque. Ofrece una multiplicidad de información que genera una sobreestimulación en el ser humano. Pero esta interactividad en las redes puede mostrar su lado contrario, la interpasividad:

El otro lado de la interactividad es la interpasividad. El reverso de interactuar con el objeto (en lugar de mirar pasivamente un programa) es la situación en la que el propio objeto se apropia y me priva de mi propia pasividad, de manera que es el propio objeto el que disfruta del programa en mi lugar, aliviandome de la obligación de gozarlo por mi cuenta (Zizek, 2016, p. 33).

Es el caso del llamado algoritmo. El algoritmo, recabando información sobre las búsquedas de los usuarios, comienza a ofrecer atajos y accesos rápidos a esos mismos usuarios, alimentando esa inclinación. De modo tal que lo activo se vuelve un tanto pasivo en cuanto a las búsquedas y los intereses. Pero la pregunta sería: ¿existe registro de lo real dentro del mundo virtual? El registro de lo real es justamente todo aquello que no puede ser representado. Opera desde el objeto perdido, el llamado objeto a. El Objeto a es ese resto que no puede ser representado, es inalcanzable, es causa de deseo. En la actualidad, la relación con el mundo es en gran medida mediante la pantalla. La pantalla conecta con las redes, informa con los noticieros, entretiene con los videojuegos, consume, produce, vende, enseña, cura. Hay una necesidad de compartir todo, para que tenga sentido, y una necesidad de reconocimiento. Sin embargo, el mundo virtual, al modo del espejo en la analogía de Lacan, puede ofrecer imágenes ilusorias. La inteligencia artificial está generando justamente eso: situaciones que no sabemos si son artificiales, ficticias (fake news), o reales. Incluso los seres humanos pueden ser copiados por la inteligencia artificial. Núñez Zidlicky (2020) sostiene que cuanto más distantes de lo real sean aquellas experiencias virtuales de interacción y proyección de fantasías, mayores serán los sentimientos de angustia, insatisfacción y desilusión al enfrentarse a lo real. La angustia irrumpe como resultado del encuentro con lo real. Cuando se apaga la pantalla y cesa la sobre exposición de estímulos que colman la falta, el sujeto se encuentra con el aburrimiento, la nada, el vacío de sentido. Siguiendo a Han (2012), podemos afirmar que la esencia del deseo está en la alteridad:

El Eros es, de hecho, una relación con el otro que está radicada más allá del rendimiento y del poder. El no poder poder es su verbo modal negativo. La negatividad de la alteridad, a saber, la atopia del otro, que se sustrae a todo poder, es constitutiva para la experiencia erótica: La esencia del otro es la alteridad (Han, 2012, pág. 34).

Y si no existe alteridad, no puede haber interacción. “La alteridad es quizás uno de los temas más problemáticos al momento de pensar el encuentro con el otro, ya que tiene que ver con un aspecto radical, y justamente el otro en tanto otro” (Muller, 2009, pág. 345).

El amor se positiva hoy como sexualidad, que está sometida, a su vez, al dictado del rendimiento. El sexo es rendimiento. Y la sensualidad es un capital que hay que aumentar. El cuerpo, con su valor de exposición, equivale a una mercancía. El otro es sexualizado como objeto excitante. No se puede amar al otro despojado de su alteridad, solo se puede consumir. En ese sentido, el otro ya no es una persona, pues ha sido fragmentado en objetos sexuales parciales. No hay ninguna personalidad sexual (Han, 2012, pág. 35).

Las interacciones digitales de las redes están diseñadas para ser proyecciones narcisistas, sin búsqueda de la alteridad, sostiene Han:

A través de los medios digitales intentamos hoy acercar al otro tanto como sea posible, destruir la distancia frente a él, para establecer la cercanía. Pero con ello no tenemos nada del otro, sino que más bien lo hacemos desaparecer. En este sentido, la cercanía es una negatividad en cuanto lleva inscrita una lejanía. Por el contrario, en nuestro tiempo se produce una eliminación total de la lejanía. Pero esta, en lugar de producir cercanía, la destruye en sentido estricto. En vez de cercanía surge una falta de distancia. La cercanía es una negatividad. Por eso lleva inherente una tensión. En cambio, la falta de distancia es una positividad. La fuerza de la negatividad consiste en que las cosas sean vivificadas justamente por su contrario. A una mera positividad le falta esa fuerza vivificante (Byung Chul Han, 2012, pág 36).

Por ende, podemos concluir que una modalidad narcisista de conexión compulsiva a las redes virtuales, sin intercambio recíproco ni lazo con un otro, va en dirección contraria al deseo en sentido lacaniano.

Conclusiones

Hemos trazado un recorrido donde analizamos la cultura de la inmediatez desde distintos puntos de vista. Primero, desde el enfoque existencialista, evidenciamos la contradicción entre inmediatez y tiempo, ya que la inmediatez en sí misma tiende a la eliminación del tiempo, el cual se nos presenta cada vez más como un bien escaso, y por ende, valioso. En segundo lugar, en línea con lo anterior, enfatizamos que la cultura se construye gracias al lenguaje y a las narrativas comunitarias, las cuales han sido especialmente afectadas por la cultura de la inmediatez. En tercer lugar, las neurociencias demuestran que el organismo tiende a un equilibrio fisiológico (homeostasis), y que la verdadera sensación de bienestar está asociada al largo plazo, no al instante inmediato. Por último, desde el psicoanálisis analizamos que no hay lugar para el deseo en un mundo donde todo está inmediatamente disponible, es decir, donde falta la falta.

El eje central de este trabajo ha sido la inmediatez, en contraposición con el tiempo. Pero, ¿Qué es el tiempo? El tiempo existe siempre y cuando se lo reconozca. ¿Y cuando se lo reconoce? siguiendo a Han, podríamos responder que se lo reconoce cuando se lo enfrenta, es decir, cuando se tiene la capacidad de verlo pasar, desde un lugar alejado. Y esto no sucede en el fluir de las actividades, sino por el contrario, en su detener. Es en el encuentro con estos momentos de inactividad, lo más vacíos de contenido posible, donde verdaderamente se aprecia el valor del tiempo, tiempo como conciencia de ser: Nos propusimos establecer algún punto de contacto entre distintos pensamientos referidos a la noción de vacío, los cuales lo ubican como un elemento de creación: “la noción de vacío se convirtió en un elemento funcional excepcionalmente dinámico (...). Se trata de una articulación constante entre el vacío y la creación” (Gamarra, 2022, pág 48), articulación que queda trunca en la cultura de la inmediatez, donde permanentemente se valora el contenido de consumo por sobre el vacío de contenido. Tener todo al alcance de un click, socava la creatividad y la imaginación. Si continuamente se colman todas las necesidades, las curiosidades, los deseos, lo que surge es que no queda nada por alcanzar. La paradoja es que el hedonismo, la búsqueda del placer por sí mismo, conduce a la anhedonia, que es la incapacidad de experimentar placer de cualquier tipo (Lembke, 2023, p.67).

El recorrido que hemos trazado nos ha llevado por distintas disciplinas: las neurociencias, la psicología, la sociología y la filosofía. Pero en estas conclusiones, quisiéramos finalmente enfatizar en el contenido político de la propuesta, por el compromiso social y ético que implica la noción de salud. Además, como sostiene Miller, no hay clínica sin ética: “De ahí que no reducir la clínica al síntoma y sostener su distinción con el fantasma es necesario para no olvidar que nuestra clínica se hace bajo transferencia y que no puede carecer de ética. Pues por singular que parezca, es el fantasma el que nos conduce a la dimensión ética del psicoanálisis” (Miller, 1983, p. 16). Haber transitado por la experiencia de un confinamiento a nivel mundial dejó expuestas las consecuencias que esto genera en la población. Así como se ha comprobado que el consumo excesivo de distintas sustancias pueden ser perjudiciales para la salud, y, en consecuencia, se han establecido mecanismos de concientización acerca de su consumo,

creemos que la problemática expuesta debería transitar el mismo camino y ser considerada también dentro del ámbito de la salud pública. Silvia Bleichmar (2010) nos ha enseñado que el campo del semejante es el de la humanidad toda, “con todos adentro”, desafiando las posturas individualistas. Pensar en estos términos supone una dialéctica conformada por un continuo diálogo crítico entre lo instituido y lo instituyente, en el cual la participación es una condición *sine qua nom*.

Las nuevas formas de padecimiento surgidas en la cultura de la inmediatez tienen que ver, creemos, con el choque entre dos fenómenos contrapuestos. Por un lado, la inmediatez que se nos impone desde un sistema capitalista cada vez más sofisticado en muchos aspectos de la existencia, como la comunicación, el trabajo, los vínculos, la alimentación, entre otros. La necesidad pasa por achicar cada vez más el tiempo, hasta consumirlo, suprimirlo, como si fuese una variable descartable por su ineficiencia. Por otro lado, como contrapartida, observamos que la experiencia psíquica humana contiene la capacidad creadora de construir la propia subjetividad, la cual es, por definición, un proceso, un desarrollo que necesita de tiempo para poder manifestarse como horizonte de posibilidades. Así pues, se deduce que el tiempo es condición *sine qua non* de la constitución psíquica, de la libertad y dignidad humanas y de la construcción de subjetividad. Las distintas maneras de ser y de organizar la experiencia interna y externa, de comportarse y de relacionarse con el mundo, influyen en la personalidad (temperamento y carácter) y dan lugar a la singularidad, cuya construcción está en constante devenir y es constituida por el deseo. La noción de deseo, desde el enfoque psicoanalítico, instituye el movimiento, la posibilidad de cambio, pilares de la libertad y dignidad humanas.

Referencias Bibliográficas

Bauman, Z. (2000). Modernidad líquida. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Bleichmar, S. (2010). Desmantelamiento de la subjetividad. Editorial Topia.

Bocado Crespo, E. F. (2018). El yo online: el uso de las nuevas tecnologías en la personalización de la información y su posible impacto en la creación de la identidad virtual. Argumentos de razón técnica, 21, 173-191. <https://doi.org/10.12795/Argumentos/2017.i21.09>

Cabo, F. (2022). Efectos del aislamiento social producidos por Covid-19, en la predisposición, desencadenamiento y/o mantenimiento de cuadros depresivos en la adolescencia tardía en Capital Federal. Argentina y su abordaje desde la Terapia Cognitiva Conductual. [Tesis de grado, Universidad de Belgrano] Disponible en: <https://repositorio.ub.edu.ar/bitstream/handle/123456789/10276/Felicitas%20Cavo.pdf>

Dawkins, Richard (2000). El gen egoísta. Barcelona: Salvat Editores.

Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020). Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico de la pandemia en cuatro momentos del aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) de Argentina. Buenos Aires, Argentina: Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

Figueroa, D Campbell, A. (2020) El efecto de la exposición a los dispositivos móviles en el desarrollo infantil. Experiencia y propuesta de trabajo. Boletín clínico. Hospital infantil del Estado de Sonora. 3-14

Freud, S. (1921-1922). Psicología de las masas y análisis del Yo. Obras completas. Vol. XVIII. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Freud, S. (1930). El malestar en la cultura. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Freud, Sigmund, Introducción al narcisismo en: Obras Completas, Vol. XIV, Amorrortu, B. Aires, 9ª Edición, 1996.

Gamarra, F. (2022). Lacan, lector de oriente. Buenos Aires. Cascada de letras.

Geertz, C. (1973). La interpretación de las culturas. Editorial Gedisa.

- Han, Byung-Chul. (2020). La desaparición de los rituales. Barcelona. Herder Editorial, S.L.
- Han, Byung-Chul. (2010). La Sociedad del cansancio. Barcelona. Herder Editorial, S.L.
- Han, Byung-Chul. (2012). La agonía del eros. Barcelona. Herder Editorial, S.L.
- Han, Byung-Chul. (2022). Vida Contemplativa. Barcelona. Herder Editorial, S.L.
- Harari, Yuval Noah. (2018). 21 lecciones para el Siglo XX. Santiago, Chile. Penguin Random House Grupo Editorial.
- Heidegger, Martin. (2016). Ser y Tiempo. Fondo de Cultura Económica.
- Lacan, J. (1987). Subversión del sujeto y dialéctica del deseo. en el inconsciente freudiano. Escritos 2. Buenos Aires, Siglo XXI.
- Lacan, J. (2004). Seminario 10. Paidós.
- Lembke, A. (2023). Generación dopamina. Buenos Aires: Ediciones Urano.
- Lozano, V. (2004). Heidegger y la cuestión del ser. Revista Espiritu. LIII 197-212. Disponible en la web:
Dialnet-HeideggerYLaCuestionDelSer-1253483.pdf
- Luna Martín, Á.d. (2020). Tiempo y cultura. La sociedad de la inmediatez. [Trabajo Fin de Grado Inédito]. Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Mead, G. H. (1999). Espíritu, persona y sociedad. Buenos Aires: Paidós.
- Miller, J. A. (2003). La experiencia de lo real en la cura psicoanalítica. Buenos Aires. Paidós.
- Muller, F. (2005). El self dialógico en psicoanálisis. Revista Argentina de Psicoanálisis, 62(1), 161-188.
- Muller, F. (2009). Del reconocimiento de sí al reconocimiento mutuo en psicoanálisis. En F. Muller & M. Plot. Entre-Nos: Ensayos sobre reconocimiento e intersubjetividad. Buenos Aires: Editorial Teseo.
- Muller, F (2009). El concepto de intersubjetividad en psicoanálisis. Revista de psicoanálisis LXVI, 329-352
- Nuñez Zidlicky, T. L. (2020) Revisión psicoanalítica del concepto de Identidad Virtual: La Autorrepresentación en las Redes. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Argentina]
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/11657>
- Oflu A, Tezol O, Yalcin S, Yildiz D, et al. (2020). El uso excesivo de pantallas está asociado con labilidad emocional en niños preescolares. Arch Argent Pediatr 2021;119(2):106-113.

Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Disponible en la Web:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

(Fecha de acceso: 22 de Enero de 2024).

Pedroza Flores, R., (2015). Los cambios del vínculo amoroso en la posmodernidad. RICH Revistas Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas, 4(8), [fecha de Consulta 29 de Enero de 2024]. ISSN: . Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=503950656019>

Peña, K., Pérez, M., & Rondón, E. (2010). Redes sociales en Internet: reflexiones sobre sus posibilidades para el aprendizaje cooperativo y colaborativo. Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales, (16), 173-205.

Santirso Munk, J. (2022). El consumo de la pornografía en jóvenes y su impacto en la salud mental. [Tesina de grado, Universidad de Belgrano] <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/9800>

Simonelli, T. (2014). De Heidegger a Lacan. Verba Volant. Revista de Filosofía y Psicoanálisis, 4(1), 71-91.

Stern, D. (1996). El mundo interpersonal del infante. Una perspectiva desde el psicoanálisis y la psicología evolutiva. Buenos Aires: Paidós.

Unicef Argentina. (2020) Encuesta de Percepción y Actitudes de la Población. Impacto de la pandemia COVID-19 y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana. Informe Sectorial: educación. Disponible en web: <https://www.unicef.org/argentina/media/8056/file/Covid19-EncuestaRapida-InformeEducacion.pdf> (fecha de acceso: 22 de enero de 2024)

Unicef. (2020) El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. Disponible en web: <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes> (fecha de acceso: 22 de enero de 2024)

Vallejo Ruiloba, J.(1983). Introducción a la psicopatología y la psiquiatría. Barcelona: Masson.

- Varchetta, M., Frascchetti, A., Mari, E., & Giannini, A. M. (2020). Adicción a redes sociales. Miedo a perderse experiencias (FOMO) y Vulnerabilidad en línea en estudiantes universitarios. *Revista Digital De Investigación En Docencia Universitaria*, 14(1), e1187.
<https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1187>
- Vattimo, G. (2003). En torno a la posmodernidad. Barcelona: Anthropos.
- Vergara Gonzalez, Loreto (2020). Imágen corporal y redes sociales en jóvenes de sexo femenino en etapa de adolescencia temprana. [Tesis de Maestría, Universidad de Chile]
<https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/176181>
- Voiskounsky, A., (2013). Psychology of computerization as a step towards the development of cyberpsychology. *Psychology in Russia: State of the art*, Volume 6, Issue 4, pp. 150-159.
- Vygotsky, L. (2007) Pensamiento y habla. Buenos Aires. Ediciones Colihue.
- Winnicott, D. (1979). Realidad y juego. Buenos Aires. Gedisa.
- Zizek, S. (2016). Cómo leer a Lacan. Buenos Aires. Paidós.
- Zizek, S. (2021). Goza tu síntoma. Buenos Aires. Paidós.