

EL ESQUEMA CORPORAL

Homero Julio B.
Pontificia Universidad Católica de Chile

Introducción

RE Desde hace algunos años, trabajando en cursos de Antropología filosófica he ido valorando la investigación hecha en torno al llamado "esquema corporal". Sus implicancias son interesantes en medicina, psiquiatría y también en filosofía. El dualismo moderno ha querido hacer del hombre un compuesto de dos sustanciales heterogéneas, privilegiando la razón. En las últimas décadas se ha querido rescatar la dimensión corpórea de lo humano, advirtiendo cómo existir humanamente es "ser en el mundo", ser "en circunstancia", ser "en situación". Al mismo tiempo distintos pensadores insisten en la unidad del hombre, oponiéndose a cualquier dualismo antropológico. Si bien en más de un caso se busca con dicha actitud apuntar a una tradición metafísica pretendidamente superada, sin embargo, la crítica va contra la modernidad. Lo mejor de la tradición filosófica concibe al hombre precisamente como una realidad unitaria, entendida dicha unidad no como fenoménica sino que como *substancial*. De este modo, el hombre real es una totalidad, compuesta de alma y cuerpo; el alma está en todo el cuerpo y toda en cada parte del cuerpo, puesto que como forma está dando su determinación esencial a todo el compuesto. (a)

El "esquema corporal" de algún modo da cuenta experimental de esta unidad que nos constituye; en cada momento nos sentimos como una totalidad, y cualquier cambio en una parte repercute sobre el todo. Por comodidad de expresión de pronto

(a) "El alma es forma substancial; por eso es preciso que sea forma y acto, no solamente del todo, sino de cada una de sus partes. Y, por consiguiente, así como al separarse el alma no hablamos de hombre o animal a no ser en sentido equívoco, al modo que decimos animales a los pintados o esculpidos, otro tanto debemos establecer con respecto a las manos y a los ojos y a la carne y a los huesos como dijo el Filósofo". Sto. Tomás, *S. Teol.* I q. 76 a. 8. c.

hablo de cuerpo, imagen corporal, etc.; en todos estos casos aludo a la totalidad que somos realmente y no a una dimensión abstractamente considerada.

En los breves límites del presente trabajo me ocupo más bien de un enfoque descriptivo y analítico del esquema corporal. Esto habría que completarlo con una integración de los datos que consigno a partir de algunos estudios en torno al tema, en una antrología metafísica.

1. *Noción general de esquema corporal*

Se trata de una noción relativamente reciente que abarca algunas definiciones parciales resultantes de diversos estudios a partir del siglo XIX¹. Los nombres con los cuales se busca expresar esta noción son diversos², pero con el tiempo se ha ido imponiendo "esquema corporal". Al margen de los términos empleados, lo importante es que se trata de una noción compleja que encierra no sólo factores fisiológicos, sino además lleva consigo una fundamental dimensión psíquica y aun social.

Cada ser humano organiza sus diversas experiencias de una manera propia y personal de modo tal que las diversas sensaciones y estímulos son referidos a una imagen global del cuerpo. Ello nos permite en cada momento vivir instalados en un espacio físico, reconociendo al mismo tiempo la posición que ocupan las distintas partes de nuestro cuerpo. El "esquema corporal" se refiere precisamente a la parte impresionable, sensible de la vida psíquica; se trata de la vivencia del propio cuerpo, el sentimiento que cada uno tiene de su corporalidad³, en una vivencia global

¹ A principios del s. XIX se acuña el concepto de cenestesia (gr.: koinos = común; aísthe-sis = sensación); éste expresa el conjunto de sensaciones transmitidas a los centros nerviosos desde las diversas zonas del cuerpo.

Estudios acerca del vértigo llevarán a considerar que éste se debe a un trastorno en la configuración topográfica que cada uno tiene, es decir, un cierto "esquema".

² A. Princk hablará de *imagen espacial del cuerpo*; H. Head, de *esquema postural*; P. Schilder, de *esquema corporal*, noción asumida por M. Merleau-Ponty; M. Maitz, de *imagen de sí*; J.L'Hermitte, de *imagen del yo corporal*, etc.

³ "Las palabras que significan acciones corporales tienen siempre doble significación, según las refiramos a nosotros o al prójimo. "Andar" significa dos hechos muy distintos en "yo ando" y en "él anda". El andar de "él" es un fenómeno que percibo con los ojos verificándose en el espacio exterior: consiste en una serie de posiciones sucesivas de unas piernas sobre la tierra. En el "yo ando" tal vez acuda la imagen visual de nuestros propios pies moviéndose, pero sobre ella, como más directamente aludido en aquella expresión, encontramos un fenómeno invisible y extraño al espacio exterior: el esfuerzo para movernos, las sensaciones musculares de tensión y resistencia. La diferencia no puede ser mayor. Diríase que en el "yo ando" nos referimos al andar visto por dentro de lo que él es, y en el "él anda", al andar visto por fuera, en su resultado exterior". J. Ortega y Gasset: *Vitalidad, alma, espíritu*; en *El Espectador* t. V Colec. El Arquero 2da. edic. 1964, pág. 83.

y unitaria que constituye una estructura permanente, pero en continuo cambio.

En el *Vocabulaire de la Psychologie*⁴ Henri Pieron anota en relación al esquema corporal:

"es la representación que cada uno se hace de su cuerpo y que le permite identificarse en el espacio. Basada sobre datos sensoriales múltiples propioceptivos y exteroceptivos, esta representación esquemática es necesaria para la vida normal, viéndose afectada en las lesiones del lóbulo parietal"

Necesitamos contar con esta representación del propio cuerpo para poder actuar como ser humano entre los hombres y en medio de las cosas, sabiendo cuáles son nuestras posibilidades respecto de ese actuar y ese ser en el mundo. Las sensaciones positivas y su reiteración nos permiten conquistar un sentimiento armónico de sí mismo que unifica las diversas partes del cuerpo en una vivencia grata y también positiva; lo opuesto, es decir la reiteración de sensaciones negativas se traduce en un sentimiento negativo de sí mismo que puede expresarse en una neurosis⁵.

2. *Noción de esquema corporal en Paul Schilder*

Uno de los primeros estudiosos que se ocupó directa y sistemáticamente en la clarificación de esta vivencia corporal es el austríaco Paul Schilder en una obra que ya es clásica en este campo⁶.

Para Schilder, la imagen corporal expresa la representación de nuestro cuerpo tal como lo sentimos y vivenciamos internamente; es la forma especial en que el cuerpo como totalidad se nos hace presente y manifiesto a nosotros mismos, "desde dentro". Esta experiencia del cuerpo como un todo unitario es más que la suma de sensaciones táctiles, térmicas, dolorosas, cenestésicas, etc.; es algo así como una "idea" percibida, más que una mera percepción. Es como una imagen en tres dimensiones que cada cual tiene de sí mismo⁷, una toma de conciencia unitaria y global mediante la cual nuestro cuerpo se nos aparece. Al hablar de "esquema"

⁴ P.U.F. París, 1957.

⁵ Las distintas técnicas de relajación están inspiradas básicamente en dos sistemas: a) la *relajación progresiva* de E. Jacobson en la cual se insiste en la importancia de *sentir* y dominar la tensión muscular; b) el *training autógeno* de J. Schultz que lleva a *sentir* el conjunto del cuerpo.

⁶ P. Schilder: *Imagen y apariencia del cuerpo. Estudios sobre las energías constructivas de la psique*. Ed. Paidós, B. Aires, 1958.

⁷ Se trata del cuerpo que podemos llamar *subjetivo* en cuanto realidad vivida, a diferencia del cuerpo objetivo; los médicos López-Ibor (padre e hijo) adoptan en su obra *El cuerpo y*

hacemos referencia al carácter estructurador de esa imagen global del cuerpo⁸.

Es claro que a las diversas impresiones sensibles sigue una respuesta motriz; pero al hablar del esquema corporal la atención recae sobre la impresión misma y no sobre la correspondiente reacción motora.

¿Qué conocemos realmente de la estructura de nuestro cuerpo? ¿La imagen del cuerpo refleja realmente la estructura corporal? Sin duda que en la imagen que tenemos de nosotros mismos existen elementos que escapan a nuestro dominio consciente; podemos decir que nuestro cuerpo sabe acerca de nosotros cosas que ignoramos⁹.

La observación directa nos permite captar aspectos importantes de nuestro cuerpo; en este sentido cumple una función destacada el espejo; sin embargo, éste nos otorga sólo dimensiones parciales que atañen más bien a nuestra superficie anterior; más adelante hablaremos de los factores sociales que influyen en la constitución del esquema corporal; por ahora basta con señalar que la observación de los otros también ayuda a apreciar aspectos interesantes de nuestra propia realidad.

Para Schilder la sensación que tenemos de nosotros mismos es comparable con la sensación de una *masa pesada*; pero en el caso de nuestro cuerpo no lo sentimos de una manera uniforme como si fuera un tronco o un bloque de cemento. Esta sensación personal habría que simbolizarla como la sensación de una masa pesada, pero al mismo tiempo fluída, donde los centros de gravitación pueden desplazarse; podemos imaginar una bolsa llena de líquido, donde el peso no se da uniformemente. Según sea la posición en que el cuerpo esté, la masa fluída tenderá a concentrarse de modos diversos. Así, estando de pie, habrá una especial gravitación en las piernas y pies, además del abdomen y la cabeza. Si nos tendemos la masa se desplaza hacia la espalda y la nuca, el abdomen ya no pesa y por ello la respiración puede ser más profunda y natural.

la corporalidad, Gredos, Madrid, 1974 la siguiente terminología: *Cuerpo*: expresa la realidad objetiva (Körper, en lengua alemana); *Corporalidad*: expresa la realidad cuerpo vivido (Leib en alemán).

⁸ "El esquema corporal es la imagen tridimensional que todo el mundo tiene de si mismo. Y podemos llamar esta imagen "*imagen corporal*". P. Schilder, *Imagen y apariencia del cuerpo*, pág. 15.

⁹ La Dra. Barbara B. Brown, especialista en fisiología experimental se refiere al "lenguaje de la piel", en los términos siguientes:

"...la actividad eléctrica de la piel es señal sensitiva de una vasta y compleja maquinaria mental-cerebral, que realiza nuestras funciones mentales y emocionales mucho antes de que entre en actividad la conciencia". *New Mind, New Body, Biofeedback: New Directions for the Mind*. Edic. Castellana en Edit. Diana, México, 1976. Cf. especialmente el Cap. 3: "El lenguaje de la piel: conversaciones con el subconsciente".

El planteamiento general de Schilder es que percibimos nuestro cuerpo como una masa pesada y que dicha percepción no es diferente a la de cualquiera otra masa pesada y fluída. De ahí que las modificaciones del esquema corporal corresponderán a cambios de la percepción de la masa pesada, según la ubicación del cuerpo y dependiendo también del grado de tensión muscular y de las sensaciones de presión que experimentemos.

3. Formación de esquema corporal

El esquema corporal no es algo dado sino que se va adquiriendo, constituyendo y modificando positiva o negativamente. De ahí que haya que considerarlo como una estructura permanente, pero en constante vía de constitución y de reajuste dinámico¹⁰. En este sentido M. Merleau-Ponty dirá que "el *esquema corporal* es, al fin de cuentas una manera de expresar que mi cuerpo es en el mundo"¹¹. Este ser en el mundo hay que entenderlo activamente, es decir, como un *siendo* en el mundo.

P. Schilder habla del esquema corporal como de una unidad en progresión y de interferencia continua en cuatro niveles de organización:

- 1º Un nivel fisiológico, relacionado directamente con el sistema neurovegetativo y medular; en este nivel no pueden aún destacarse los procesos psicológicos.
- 2º Nivel conectado directamente a las actividades focales del cerebro. El mecanismo propiamente es fisiológico, pero puede reflejarse en la conciencia¹².
- 3º Nivel relacionado con actividades orgánicas en general, propias de las zonas corticales. Es un proceso orgánico, pero muy próximo a la vida psicológica.
- 4º Nivel propiamente psicológico, pero con clara influencia en el ámbito somático.

¹⁰ "La imagen del cuerpo no es un fenómeno estático desde el punto de vista fisiológico. La imagen corporal se adquiere, se construye y recibe su estructura merced a un continuo contacto con el mundo. No es una estructura sino una estructuración en la cual tienen lugar permanentes cambios..." P. Schilder. O. C.p. 152.

¹¹ M. Merleau-Ponty, *Fenomenología de la Percepción*, F.C.E., México 1957, pág. 108.

¹² Esto se ve en aquellas patologías como la atopognosia o la anosognosia, en que el individuo es incapaz de realizar movimientos sobre su propio cuerpo, de localizar sensaciones externas, o de distinguir el lado derecho del izquierdo. Pareciera que el sujeto se empeña en desechar de su esquema corporal una zona de su cuerpo impedida de cumplir su función natural dentro de la vivencia unitaria de la corporalidad; caso opuesto es el llamado "miembro fantasma", donde frente a la mutilación de un miembro el sujeto parece conservarlo en la percepción que de sí mismo tiene, intentando usar la pierna o el brazo que ya no posee, o quejándose de dolores en un miembro inexistente. Cf. M. Merleau-Ponty: O.C. Pág. 83 y ss.

Estos cuatro niveles interactúan en un proceso dinámico y continuo configurando el esquema corporal. Sin embargo, Schilder da importancia no sólo a los niveles psicofisiológicos, sino que también atiende al contexto social y a la personalidad profunda. Hablar de cuerpo humano o corporalidad es mencionar la expresión de una personalidad que se encuentra en el mundo. Este encontrarse en el mundo es algo activo, donde el movimiento juega un papel fundamental; es a partir del movimiento que podemos ir adquiriendo una relación clara con las cosas y con los demás seres humanos¹³.

En resumen, podemos decir que el esquema corporal nos permite instalarnos en el mundo conscientemente y a menudo inconscientemente, logrando:

- a) tener de nosotros mismos y nuestro propio cuerpo una imagen unificada y a la vez diversificada (sintética y analítica al mismo tiempo);
- b) integrar a nuestra realidad personal las modificaciones producidas por agentes externos o internos (sensaciones, presiones, movimientos, etc.); de esta manera tenemos una información inmediata de los estados, situaciones y actitudes del propio cuerpo;
- c) situar al cuerpo en un espacio físico, pero manteniendo la vivencia de un cierto espacio propio del cuerpo: espacio postural¹⁴;
- d) contar con un marco de referencias en las actividades que realizamos sobre el mundo organizando así nuestras experiencias;
- e) asegurar la permanencia y la unidad personal, a pesar de los cambios que puedan irse experimentando.

4. Factores que integran el esquema corporal

Teniendo presente que los factores que influyen en la constitución e integración del esquema corporal son múltiples, podríamos en forma amplia, agruparlos en la forma siguiente:

¹³ "La palabra *aquí*, aplicada a mi cuerpo, no designa una posición determinada en relación con otras posiciones o en relación con coordenadas exteriores, sino la instalación de las primeras coordenadas, el anclaje del cuerpo activo en un objeto, la situación del cuerpo frente a sus tareas". M. Merleau-Ponty O.C. Pág. 107-108.

¹⁴ "El contorno de mi cuerpo es una frontera que las relaciones ordinarias de espacio no franquean. Y ello es debido a que sus partes se relacionan unas con otras de una manera original: no están desplegadas unas al lado de otras, sino envueltas unas en otras... mi cuerpo entero no es para mí un amontonamiento de órganos, yuxtapuestos en el espacio. Lo tengo como una posesión indivisa y conozco la posición de cada uno de mis miembros por un *esquema corporal* en que todos están envueltos". M. Merleau-Ponty: O.C. pág. 105.

- a) *Factores fisiológicos*: en este punto corresponde un papel fundamental a las distintas sensaciones, especialmente las experimentadas por el tacto y la piel, además de las visuales. También influyen poderosamente las sensaciones musculares y articulares producidas por el desplazamiento del cuerpo; en este caso cada movimiento es captado en una percepción global y de conjunto¹⁵. Otras sensaciones, como las respiratorias, circulatorias, térmicas tienen un papel más bien secundario, y parecieran influir especialmente en casos de disfunciones.
- b) *Factores afectivos* estos factores han sido puestos de relieve por Schilder; en el niño se advierte una clara relación entre su actividad sensoriomotriz y sus reacciones afectivas. El dolor y el placer constituyen dos mecanismos básicos de retroacción y de ahí su importancia en la constitución de la imagen corporal a partir de la niñez. Al mismo tiempo hay que considerar que todo cuerpo humano es sexuado; por ello es que en la organización perceptiva que vamos formando de nuestro cuerpo desde temprana edad, no puede desconocerse la importancia de las zonas erógenas.
- c) *Factores sociales*: la imagen corporal siempre va ligada a un cierto juicio de valor, que de una u otra forma refleja el parecer del contexto social; un cuerpo es visto y sentido como hermoso o feo; grande o pequeño, etc. El lenguaje, los gestos y ademanes los vamos aprendiendo en relación a los demás. Así es como en gran medida nos sentimos ser para los demás¹⁶. Aquí puede mencionarse el rol que cumple en cada época la moda y la concepción de belleza que el ámbito social asume como predominante¹⁷.

5. *Modificación del esquema corporal*

El esquema corporal es algo, como queda dicho, que tiene que irse constituyendo y logrando a lo largo del tiempo; por lo mismo que es un logro y una permanente conquista puede enriquecerse, pero también empobrecerse y alterarse negativamente.

¹⁵ En este sentido es que Henry Head hablará de *esquema postural*.

¹⁶ Ser-para-otro o tercera dimensión ontológica del cuerpo. Cf. J.P. Sarte, *El Ser y la Nada*, tercera parte, Cáp. II: "El cuerpo".

¹⁷ El papel de juez que los otros asumen en relación a cada uno en la convivencia social se agudiza en casos de patologías; por ejemplo en la esquizofrenia la imagen corporal proyectada ante los demás puede tomar el carácter de percepción delirante. Cf. Dr. Hernán Silva: "Alucinaciones y delirios corporales", en *La corporalidad y las perturbaciones psíquicas*, cuadernos clínicos Esc. de Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile, 1983.

La alteración o modificación negativa se manifiesta en una serie de enfermedades donde de algún modo se produce una fisura en la percepción unitaria y global de la corporalidad; a veces la alteración del esquema expresa un mal, en otros casos es la enfermedad misma¹⁸.

Pero no sólo puede advertirse modificaciones del esquema corporal en patologías diversas; ello ocurre también en experiencias cotidianas, como aquellos casos en que un brazo o una pierna privados momentáneamente de movimiento nos hace percibir nuestro cuerpo de manera desacostumbrada. Las impresiones que recibimos de esa mano o pierna son diferentes a lo normal; hay cambios vasculares que provocan sensaciones de hormigueo, frío, calor, y hasta dolor; el tamaño y la forma del miembro en cuestión es percibida de manera cambiada; la misma posición en el espacio varía; tenemos que mirar la mano para saber si está extendida o doblada; la pierna no responde a nuestros requerimientos si queremos levantarnos y caminar como hacemos habitualmente.

Si cerramos los ojos permaneciendo en un estado de quietud e inmovilidad la imagen corporal pareciera disminuir; ello ocurre, por ejemplo, en las posturas yogas (asanas) donde el esfuerzo físico y la presencia del cuerpo quedan reducidos a su mínima expresión; con la práctica puede obtenerse una cierta neutralidad respecto a los sentidos y a la imagen corporal. Esto mismo puede estudiarse y experimentarse en los distintos métodos de relajación y de meditación. En todas estas experiencias se produce una disminución de la intensidad perceptiva, pudiéndose llegar a un estado de indiferencia o neutralidad respecto a los estímulos exteriores. De esta manera podemos recogerlos en nuestra morada interior y orientar la atención hacia otras regiones de la conciencia.

Otra situación común de cambio en el esquema corporal lo constituye el empleo de instrumentos diversos que vienen de algún modo a prolongar los límites del cuerpo; ejm. los esquís y bastones del esquiador, la raqueta del tenista, la máquina de escribir, el automóvil que conducimos. En una primera etapa hay un cierto rechazo a todo aquello que es extraño a nuestra experiencia cotidiana; pero con el tiempo integramos el objeto del caso a nuestro propio esquema y éste ya deja de ser algo marginal a la propia corporalidad.

Lo interesante en todo esto y que habría de ser objeto de otro trabajo tal vez más extenso que el presente, es lo referente a las posibilidades de alterar voluntariamente nuestro esquema corporal o bien aceptar el esquema alterado por alguna enfermedad. Una dimensión de esto es básicamente terapéutica y busca ayudar a una persona a corregir y mejorar algunas disfunciones; al mismo tiempo contribuye

¹⁸ Cf. J.J. López Ibor, *El cuerpo y la corporalidad*, Gredos, Madrid 1974 cap. II "la corporalidad desde el punto de vista genético-clínico".

a que alguien que haya padecido una mutilación o amputación sea capaz de aceptarla no sólo con resignación, sino que integrándola a la imagen de sí mismo.

Otro aspecto importante es el permitir a una persona normal, integrar nuevas dimensiones a su personalidad, prolongando naturalmente el cuerpo por medio de instrumentos, tanto en el deporte como en la vida cotidiana.