

El cuerpo como límite: trabajo, explotación y daño

The Body as a Limit: Work, Exploitation, and Harm

Sergio Vega

Universidad Complutense de Madrid

RESUMEN

En este artículo se lleva a cabo un balance del concepto del cuerpo en la teoría social y se plantea el impacto del trabajo sobre la experiencia del cuerpo en términos de daño y desgaste. En primer lugar, se parte de la importancia de un principio fenomenológico de opacidad frente a una aspiración a la transparencia. Se plantean dos definiciones del trabajo (antropológica y sociohistórica) y dos usos posibles del concepto de explotación, atendiendo a distintas manifestaciones del daño corporal y considerando las formas de adaptación del cuerpo a las exigencias del trabajo como una preocupación por el cuerpo (el fitness, la alimentación, la analgesia, los estimulantes o el cultivo del capital erótico). Desde la psicodinámica y la sociología del trabajo, y conjugando el marxismo y los estudios foucaultianos, se abordan la relación social de explotación y las necesidades de optimización del cuerpo como experiencias que conducen al desgaste y la extenuación. Por último, se plantea la materialidad del cuerpo como un límite a su apropiación.

PALABRAS CLAVE: daño corporal, cuerpo productivo, filosofía del cuerpo, desgaste corporal, explotación.

ABSTRACT

This article takes stock of the concept of the body in social theory and considers the impact of work on the experience of the body in terms of damage and exhaustion. It begins by emphasising the importance of a phenomenological principle of opacity as opposed to an aspiration for transparency. Two definitions of work (anthropological and socio-historical) are proposed, attending to different manifestations of bodily damage and considering the forms of adaptation of the body to the demands of work as a concern for the body (fitness, nutrition, analgesia, stimulants or the cultivation of erotic capital). From psychoanalysis and the sociology of work, and combining Marxism and Foucaultian studies, the social relation of exploitation and the needs for body optimization are addressed as experiences that lead to wear and exhaustion. Finally, the materiality of the body is proposed as a limit to its appropriation.

and two possible uses of the concept of exploitation are proposed, taking into account different manifestations of bodily harm and considering the ways in which the body adapts to the demands of work as a concern for the body (fitness, nutrition, analgesia, stimulants, or the cultivation of erotic capital). From the perspective of psychodynamics and the sociology of work, and combining Marxism and Foucauldian studies, the social relationship of exploitation and the need to optimise the body are addressed as experiences that lead to wear and tear and exhaustion. Finally, the materiality of the body is proposed as a limit to its appropriation.

KEY WORDS: bodily harm, philosophy of the body, productive body, bodily exhaustion, exploitation.

Índice: 1. Introducción: La ambivalencia del cuerpo: entre la transparencia y la opacidad; 2. El concepto de trabajo y la formación del cuerpo productivo; 3. La explotación, el cálculo de las fuerzas y la gestión del estrés; 4. La indisponibilidad y la violencia sobre el cuerpo; 5. Las formas del daño corporal: el desgaste y la enfermedad. 6. Conclusiones: el cuerpo en relación.

1. INTRODUCCIÓN. LA AMBIVALENCIA DEL CUERPO: ENTRE LA TRANSPARENCIA Y LA OPACIDAD

Por todas partes buscábamos el cuerpo y en ningún sitio lo encontrábamos. El análisis no revela sino fragmentos y acciones. Descubre cabezas, brazos, pies, etcétera, que se articulan en diferentes maneras de comer, saludar, cuidarse. Se trata de elementos ordenados en series particulares, pero uno nunca encuentra el cuerpo

(Michel de Certeau, *Historias de cuerpos*)

Las teorías del cuerpo en filosofía y ciencias sociales a menudo omiten la experiencia del trabajo, una relación social que marca la mayor parte del tiempo de vida. El déficit de teoría sobre la forma en que el trabajo moldea los cuerpos y sus hábitos invita a restituir la relación entre cuerpo y trabajo e indagarla a la luz de la experiencia contemporánea, marcada por las exigencias de rendimiento, belleza y promoción de la salud. En este artículo se plantea el impacto del trabajo sobre el cuerpo en el contexto de las variadas manifestaciones del daño corporal. Como advertía Marina Vischmidt (2010), el referente de los “cuerpos”, en plural, se ha popularizado en la filosofía contemporánea y en el discurso artístico, habitualmente ligado a reflexiones sobre la vulnerabilidad. Sin embargo, no es tan habitual vincular al cuerpo con el trabajo, ni resulta tan evidente la pertinencia de la categoría de “explotación”.

La dificultad de abordar el cuerpo en la teoría social es solidaria del declive del trabajo en la filosofía contemporánea¹. La consideración marxiana sobre la explotación introdujo un sentido fisiológico: los usos del cuerpo en el trabajo y la apropiación de sus fuerzas producen un desgaste y unas necesidades de reposición, con las cuales la organización capitalista mantiene una relación de cálculo. En el uso de la fuerza de trabajo hay una tensión implícita entre la exigencia de disponibilidad absoluta y la indisponibilidad del cuerpo, que, explotado más allá de un límite, dejar de poder reponerse o incluso de poder reconocerse como cuerpo. Partiendo de dicha tensión, que la organización y los discursos en torno al trabajo (sean los del *management* o la retórica de la digitalización) han profundizado, se iluminan las preocupaciones contemporáneas sobre el cuerpo, que pueden calificarse como proyectos del cuerpo o formas de *cuidado de sí* (el fitness, la dieta, los suplementos, la analgesia, la cosmética o, a nivel general, el cultivo del capital erótico). Un cuidado del cuerpo que puede cifrarse en una lucha contra la enfermedad, la fatiga o el decaimiento de sus fuerzas (López Álvarez, 2024).

El trato con el cuerpo oscila entre el olvido y la obsesión, entre la invisibilidad y la hipervisibilidad. Esa ambivalencia quedaba capturada en un fragmento de *Dialéctica de la Ilustración*, “Interés por el cuerpo” (Adorno y Horkheimer, 2009: 277-281), donde se califica de amor-odio la relación del pensamiento

¹ El filósofo Jean-Philippe Deranty enfatiza los cambios en la filosofía francesa de posguerra, el decaimiento de los referentes del cuerpo, el trabajo o la praxis en la generación de filósofos previos al auge del estructuralismo, y la difusión posterior de términos como “discurso” o “estructura”, donde, a menudo, pierden centralidad el cuerpo y, por extensión, referentes como el trabajo. Véanse “Lost Paradigm: the Fate of Work in post-war French Philosophy” (Deranty, 2016) y “Utopía y extenuación del cuerpo productivo” (López Álvarez, 2024).

occidental con éste: entre la entronización de los valores que expresa y el repudio de una visceralidad indisciplinada. El culto al cuerpo ha convivido con la invisibilización, el pudor o el estigma. La relación del sujeto con su propio cuerpo se ha movido históricamente en la ambivalencia, entre la aspiración a una relación de conocimiento transparente de la propia corporalidad y su ocultamiento o superación, por considerarse un obstáculo. Se piense con el cuerpo o contra él, en el plano que podríamos considerar simbólico la relación con el cuerpo ha estado presa de la misma ambivalencia: entre la hipervisibilidad o la voluntad de invisibilizarlo.

El estatuto epistemológico del cuerpo, aunque complejo, no permite reducir su historia a un olvido. El cuerpo ha sido objeto de una preocupación por las formas de su cultivo, de su exhibición o de su ocultamiento. Contra su reducción a una idea de obstáculo o cárcel del alma, conviene recordar que la relación con éste es de oscilación entre la represión y el exceso (Le Goff y Truong, 2005). En un bellissimo pasaje de su conferencia “El cuerpo utópico”, Foucault define al cuerpo como una *topía despiadada*, como ese lugar en el que inevitablemente soy y del que no puedo escapar. Es también el lugar a partir del cual existen el resto de lugares, el centro de la percepción, la imaginación y la proyección. Vivimos en él como en “una suerte de familiaridad gastada” y, sin embargo, es la condición de posibilidad de la experiencia:

“Porque es a su alrededor donde están dispuestas las cosas, es con respecto a él –y con respecto a él como con respecto a un soberano– como hay un encima, un debajo, una derecha, una izquierda, un adelante, un atrás, un cercano, un lejano. El cuerpo es el punto cero del mundo, allí donde los caminos y los espacios vienen a cruzarse, el cuerpo no está en ninguna parte: en el corazón del mundo es ese pequeño núcleo utópico a partir del cual sueño, hablo, expreso, imagino, percibo las cosas en su lugar y también las niego por el poder indefinido de las utopías que imagino” (Foucault, 2010 [1966]: 16).

Foucault señala que buena parte de las utopías se construyen con el ansia de borrar al cuerpo, de alcanzar un sujeto incorpóreo, liberado de las cargas de una corporalidad expuesta a degradación, siendo el mito del alma “la más poderosa de esas utopías por las cuales borramos la triste topología del cuerpo” (2010: 9). La segunda posguerra y el consumo de masas producirían otra variante del cuerpo productivo, el trabajador de cuello blanco, inmejorablemente resumido en la máxima que da título a la obra de Kristin Ross: *coches rápidos, cuerpos limpios*. La modernización acelerada aspiraba a reconstruir rápidamente una sociedad de consumo que saneara las economías. De la privación a la

abundancia, el individuo de la posguerra desarrollaba una nueva relación con productos de higiene y cosmética. Ahora el cuerpo del trabajador, joven y bello, tenía formas suaves, “la nueva necesidad nacional era estar limpios” (Ross, 1996: 72-73). Aquello que sí estaba a la mano del trabajador blanco de la segunda posguerra, aunque no pudiera cambiar la realidad, era moldear su cuerpo, su imagen y su estatus a través del consumo. El fordismo conseguía cerrar el círculo, sin agotarse en la racionalización de la producción, “su mayor logro es el de transformar a los trabajadores en consumidores del producto que ellos fabrican”, el coche al alcance de todos. La historiadora analiza en este punto la fascinación de la cultura francesa de posguerra con la belleza, la movilidad y la juventud. La promesa de la modernización era “un mundo donde la lucha de clases sea una cosa del pasado” (1996: 11). Tendencialmente, las atenciones conferidas al cultivo del cuerpo alcanzaban por igual a todas las clases sociales. Así, el cuerpo aparecía como el lugar privilegiado del bienestar.

Hoy nos situamos ante la contradicción entre la escala de la organización espaciotemporal del capitalismo y la escala del cuerpo y de sus necesidades (López Álvarez, 2017). Frente a la aspiración a la transparencia, común a todo conocimiento que busque aumentar las fuerzas del cuerpo, imponerle una métrica de rendimiento, modificar su morfología o su estética, aquello que el cuerpo sea no es reducible a la voluntad del sujeto. El cuerpo se encuentra siempre en una trama de culturas corporales, normas sociales y relaciones de poder. Los sentidos que le conferimos y las prácticas mediante las cuales lo escondemos, estigmatizamos o erigimos en objeto de culto, aunque tengan una correlación con las prácticas laborales o con estándares sociales de salud y belleza, tampoco son reducibles a una unidad de época, aunque podamos detectar sentidos y tendencias más presentes en cada momento histórico. Más allá de la tensión entre la voluntad de control, el repudio o la superación, lo que los cuerpos sean depende de las prácticas sociales y del marco espaciotemporal de éstas, que no siempre coinciden con el discurso en torno al cuerpo. Abordar la experiencia del cuerpo exige medir el impacto que tiene sobre éste la experiencia del trabajo. Aunque no podamos reducir al trabajador del siglo XXI a un único tipo humano, caracterizado por un porte, un estilo, unas prácticas concretas o una forma de lidiar con el dolor y la fatiga, es posible esbozar una serie de tendencias contemporáneas que abocan al sujeto a calcular sus fuerzas, a invertir en salud, belleza y fortaleza, a cultivar el cuerpo.

El cuerpo está siempre *expuesto* (López Álvarez, 2023) a relaciones que determinan sus posibilidades. Adquiere parte de su sentido en la relación social, en la exposición al riesgo y al fallo de la comunicación con el otro (Butler, 2021). Sobre él recaen multitud de juicios que se traducen en una evaluación del valor moral de la persona (López Álvarez 2024; Moreno Pestaña 2016). La oscilación entre el aprecio y el desprecio, entre la preocupación por

el cuerpo y su ocultamiento, no solo es solidaria del dualismo que atraviesa a la historia del pensamiento occidental, es fruto también de una indecisión con respecto a su entidad. El “giro corporal” que se aprecia en la teoría (Mau 2021; Harvey 2003) eleva al cuerpo al estatuto de una dimensión fundamental de las prácticas sociales, sin terminar de decidir la jerarquía que ocupa con respecto a otras escalas de problematización. Autores como David Le Breton lo sitúan en la brecha entre lo natural y lo cultural, como “la interfaz entre lo social y lo individual, entre la naturaleza y la cultura, entre lo fisiológico y lo simbólico” (Le Breton, D., 2018: 140). Como objeto de frontera, subyace a éste una indeterminación ineludible.

Frente a su ambivalencia, la inquietud que nos produce, o el rechazo que despiertan sus fluidos, su fatiga, sus dolores, la cultura somática contemporánea ha llegado a entronar la transformación corporal, a hacer de ésta un valor. A la manera de la subjetividad neoliberal, que se entiende más libre allí donde más operaciones realiza, donde más intercambios lleva a cabo y donde más se relaciona en competencia, uno de los conflictos de la cultura somática actual reside en la contradicción entre la modificación, la acción desbocada, el léxico de las energías y, por otro lado, la materialidad del desgaste, la enfermedad y la finitud. Francisco Ortega ve un elemento común a las culturas del fitness, a la promoción de la salud y la belleza, y al ansia de las tecnologías de visualización médica por elucidar el interior del cuerpo, el sentido oculto de la visceralidad. Se entienda la aspiración al conocimiento transparente del cuerpo como requisito del conocimiento o como superación de sus barreras naturales. El elemento insoportable, que parece incomodar a las prácticas y las teorías del cuerpo, es su *opacidad*: el hecho de que se nos presente no sólo de manera ambivalente, sino como sede de procesos, hábitos, gestos, reacciones de los que no tenemos pleno conocimiento ni control.

En el pensamiento del siglo XX, junto al marxismo, el feminismo y la crítica del racismo, la fenomenología fue una de las vías de acceso a una teoría del cuerpo. En cambio, en modelos fuertes de constructivismo el cuerpo no tiene la materialidad de la carne. Evacuando la dimensión carnal se encuentran dificultades para identificar el daño o la violencia más allá del plano de la representación: “para muchos constructivistas, el cuerpo es encarado como una construcción simbólica y no como un objeto de carne y huesos. La historia del cuerpo es abordada como la historia de sus representaciones, de los discursos sobre el mismo, ignorando completamente la experiencia subjetiva del cuerpo, el cual aparece como una entidad infinitamente maleable y disponible” (Ortega, 2010: 27). El cuerpo parecería mera envoltura o imagen. La primacía de la visión por encima del tacto tuvo sus consecuencias en la forma de analizar relaciones de poder y la experiencia corporal. Algo común a los enfoques fenomenológicos es la indisolubilidad del cuerpo y del entorno, siempre en

relación y siempre atravesados por un vínculo intencional. Habría una interdependencia entre organismo y entorno, una mutua constitución (Ortega, 2010: 32-33). Siguiendo la idea de “quiasmo” en la fenomenología de Merleau-Ponty, la imbricación entre cuerpo y mundo hace de la carne un “repliegue sobre sí del sentir” (García, 2022: 54), es decir, reflexividad sensible.

Los modelos de subjetividad encarnada privilegian la vivencia afectiva, la adquisición de habilidades y la “ampliación del registro de sensibilidad” (Dejours, 2025, 2023) que acontecen en toda actividad humana. En este punto, la psicodinámica del trabajo, que ha estudiado la importancia del contacto sensible en el aprendizaje de los procesos de trabajo, se inspira en la fenomenología para proponer una imbricación entre el cuerpo y el espacio de trabajo. La adaptación al medio y el desarrollo progresivo de destrezas ocurre bajo la forma de una “cuerpopriación” (Dejours, 2023: 38), tanto del entorno como de las aptitudes exigidas, especialmente por la forma en que se concibe la imbricación entre cuerpo y entorno, pero también por la forma en que se entiende la exposición a la posibilidad del fracaso y a los esfuerzos exigidos. De la superación de las resistencias que el entorno y los objetos ofrecen al dominio del sujeto se deduce también la posibilidad del fortalecimiento, de una ampliación de la sensibilidad que Christophe Dejours entiende como “ampliación de la subjetividad” (2023: 77); crecimiento del poder del cuerpo, de la capacidad de experimentarse a sí mismo y a la vida en él (2023: 46). Por la forma en que el trabajo compromete a la subjetividad, no habría una experiencia del trabajo neutral desde el punto de vista de la salud y la posibilidad del daño. El trabajo compromete constantemente la salud (un estado ideal) y la enfermedad. Dicho de otro modo, en la experiencia del trabajo se juegan potencialmente la salud y la posibilidad del daño. A la sobrecarga laboral, al estrés y la intensificación sostenidas en el tiempo, a la competencia o a una organización del trabajo que no permite la sublimación de los esfuerzos, subyace siempre la posibilidad de la descompensación psicopatológica. En este punto, los estudios de psicodinámica del trabajo, de los que Christophe Dejours constituye el máximo exponente, apuntan a la necesidad de estudiar la experiencia del trabajo como proceso con ineludibles dimensiones psíquica y corporales, en las que la apropiación de los cuerpos para las exigencias del trabajo puede redundar en una ampliación de sus potencias o, en entornos de intensificación de la explotación y de la competencia, a estados de enfermedad o de normalización del daño (psíquico y corporal) sostenidos en el tiempo. Por los descubrimientos a los que ha dado lugar este enfoque, así como su intensa recepción en filosofía y sociología, el diálogo con esta disciplina se ha vuelto un punto de partida ineludible, donde el encuentro entre teoría del sujeto y teoría del cuerpo, entre estudios del trabajo y estudios

del sufrimiento, permite plantear la realidad del desgaste de los cuerpos y la normalización del daño en las relaciones laborales².

Desde el marco de la psicodinámica del trabajo, que apoya sus tesis en los estudios de psicosomática y en las fenomenologías de Merleau-Ponty y Michel Henry, la referencia al esfuerzo o la dificultad permite dar centralidad al tacto y a una experiencia unitaria (y opaca) de la corporalidad. Un cuerpo que es soma y praxis, y no solo lenguaje o imagen, frente a la fragmentación del cuerpo que subyace a la primacía de la visión, el discurso o la representación en otros enfoques. Los abordajes del cuerpo que aspiran a un conocimiento transparente de éste borran la consideración de las resistencias del cuerpo y del entorno a la apropiación. Son solidarios de una aspiración al movimiento sin rozamiento, a la transformación sin fricciones: “en los discursos de la maleabilidad, docilidad, virtualidad y accesibilidad del cuerpo (...) desaparece la idea de la resistencia del ambiente a la acción corporal del sujeto” (Ortega, 2010: 58). La conciencia de las resistencias que el medio ofrece al cuerpo plantea que “cada nueva habilidad es el resultado de una elaboración de la experiencia subjetiva del cuerpo en sus encuentros con lo real” (Dejours 2023: 104). Así, trabajar supone “una transformación de la manera que tenemos de habitar un cuerpo” (Dejours 2023: 105). En qué dirección ocurra esa transformación dependerá de la organización del trabajo, pero también de los sentidos que conferimos a las prácticas corporales.

2. EL CONCEPTO DE TRABAJO Y LA FORMACIÓN DEL CUERPO PRODUCTIVO

El interés ambivalente por el cuerpo corre paralelo a los cambios que el referente del trabajo ha sufrido en la historia de la filosofía. La *plasticidad forzada* (López Álvarez, 2017) a la que aboca el neoliberalismo permea en prácticas de automejora corporal como el fitness y el cultivo del capital erótico. La aspiración a la modificación del cuerpo y de sus fuerzas se tornaría aquí no solo una demanda gerencial, sino algo deseado por los propios sujetos, por mera razón de autoconservación o por compromiso activo con valores sociales y morales que atraviesan al cuerpo. Valores que pueden ser promovidos o

² Acerca de la recepción de la psicodinámica del trabajo en filosofía y sus vinculaciones posibles con los estudios sociológicos sobre la intensificación del trabajo, pueden consultarse las investigaciones de Emmanuel Renault (2023), Pablo López Álvarez (2024, 2017) y Sergio Vega Jiménez (2025, 2024).

exigidos por el trabajo, por la empresa, por las instituciones sanitarias o por los propios estándares de la vida social.

Toda reflexión que quiera medir el lugar del cuerpo en nuestras sociedades tendrá que evaluar el impacto que sobre éste tiene la actividad central en la mayoría de las vidas: el trabajo. Se compartan exhaustivamente sus presupuestos o no, la reflexión sobre la disciplina y el cuerpo dócil es una vía de entrada inmejorable para elaborar una reflexión sobre la relación entre cuerpo y trabajo. El *cuerpo disciplinado*, en el marco establecido por Michel Foucault, fue un concepto ligado a la revisión de los procesos históricos de formación del cuerpo como cuerpo productivo, es decir, como fuerza de trabajo. Algo que, se insiste en las tradiciones marxiana y foucaultiana, no está dado en la naturaleza humana, al menos no en su forma capitalista. El Foucault del periodo en que se desarrollan los cursos y obras en torno a la disciplina se apoya en muchos de los presupuestos históricos y lógicos de *El Capital*, no siempre con alusiones explícitas (Chamorro, 2023). En cualquier caso, el de Poitiers atiende, apoyándose en Marx, a los procesos históricos en los que fue necesario infligir una gran violencia para asimilar a los trabajadores a las disposiciones y a los ritmos exigidos por el trabajo fabril decimonónico primero, y, después, por el trabajo en cadena del fordismo-taylorismo en el siglo XX. La disciplina actúa siempre sobre *singularidades somáticas* (Moreno Pestaña, 2016) y apunta a un adiestramiento exhaustivo del gesto, que extraiga la máxima eficiencia de los movimientos corporales y del emplazamiento de los cuerpos en el espacio. El cálculo milimétrico de la eficiencia de los movimientos del cuerpo será una aspiración de la *organización científica del trabajo*³.

Si bien hay elementos comunes entre las matrices foucaultiana y marxista a la hora de plantear la configuración del cuerpo productivo, en consideración con la marxología contemporánea es necesario mantener una distinción entre una definición antropológica y metabólica del trabajo y una definición sociohistóricamente específica del capitalismo, esto es, de la forma-trabajo en condiciones capitalistas como relación social transversal cuya medida general

³ Desde la psicodinámica del trabajo se sostiene que la “organización científica del trabajo” es una contradicción alimentada por los intereses de la empresa. No existe organización científica del trabajo si por ésta se entiende cuantificación de cada proceso y sometimiento de la actividad de trabajo a métricas de rendimiento que aspiran a la exactitud. La experiencia del trabajo es invariablemente cualitativa, requiere afrontar constantemente lo imprevisible, involucrar la astucia del trabajo y la cooperación del colectivo a la hora de sortear la diferencia entre trabajo prescrito y trabajo real (Dejours, 2024; Vega Jiménez, 2024).

son las formas sociales del tiempo y del dinero, contrapuestas a los límites psicofísicos del cuerpo. La categoría de trabajo, con su doble carácter (abstracto y concreto), en el marco de la crítica marxiana no es aplicable a todas las sociedades: “La categoría de trabajo en sentido material, como producción de objetos en un metabolismo con la naturaleza, pertenece ciertamente a todas las formas de sociedad”, pero sólo en el capitalismo se convierte en la relación social que produce mercancías y que tiene a su base el dinero como igualador universal de los intercambios y “el tiempo de trabajo como sustrato del valor de cambio” (Ruiz Sanjuán, 2019: 196). Ello no implica que la definición antropológica provista por el joven Marx no sea útil. Se mantiene esta distinción como prevención para no extrapolar lo específico del trabajo en el capitalismo a todo tipo de sociedad.

La relación metabólica entre el cuerpo humano y el entorno ha sido comúnmente planteada a partir del joven Marx. El filósofo danés Søren Mau se apoya en tales discusiones planteando la fragilidad constitutiva del cuerpo humano, abocado a producir su entorno y no sólo a apropiárselo. Pensado como un organismo mediado por herramientas y por las posibilidades de transformación del entorno, el cuerpo es pensado, con Marx, a partir de la *elasticidad* en su capacidad de adaptación a diversos formatos de sociedad, en lo que toca a la forma de organizar la producción y la reproducción social. En el Marx de los *Manuscritos* se plantea una idea de corporalidad extendida, que ya anunciaba elementos presentes en las reflexiones contemporáneas sobre vulnerabilidad e interdependencia de los cuerpos. En la idea de la “naturaleza como cuerpo inorgánico del hombre” se nos presenta una variable de la idea de quiasmo, de la imbricación entre cuerpo y entorno:

“Físicamente el hombre vive sólo de estos productos naturales, aparezcan en forma de alimentación, calefacción, vestido, vivienda, etc. La universalidad del hombre aparece en la práctica justamente en la universalidad que hace de la naturaleza todo su cuerpo inorgánico, tanto por ser 1) un medio de subsistencia inmediato, como por ser 2) la materia, el objeto y el instrumento de su actividad vital. La naturaleza es el *cuerpo inorgánico* del hombre; la naturaleza, en cuanto ella misma, no es cuerpo humano. Que el hombre *vive* de la naturaleza quiere decir que la naturaleza es su cuerpo, con el cual ha de mantenerse en proceso continuo para no morir” (Marx, 2013 [1844]:141).

La particularidad del cuerpo con respecto al entorno es que “el ser humano no consume sus medios de subsistencia, los produce” (Mau, 2024: 124). Esto es, su relación con el entorno no es meramente de consumo de los recursos dados,

sino de cambiante disposición de los medios por los cuales se dota de esos recursos y organiza el trabajo que satisface necesidades. Por tanto, se dirime ahí también la explotación del trabajo que sustenta la satisfacción de necesidades.

3. LA EXPLOTACIÓN, EL CÁLCULO DE LAS FUERZAS Y LA GESTIÓN DEL ESTRÉS

El concepto de explotación sufrió una declinación en la historia de la filosofía contemporánea y en la evolución de las ciencias sociales solidario del declive del referente del trabajo como problema filosófico y del descrédito del marxismo durante la segunda mitad del siglo XX. No ha sido hasta la crisis del neoliberalismo y cierto resurgimiento del marxismo que el uso del concepto de explotación ha vuelto a ser reivindicado de pleno derecho. No obstante, el diálogo entre marxismos y feminismos revitalizó esta cuestión desde los años 70 y permitió usos ampliados de las categorías de trabajo y explotación que desbordaban una definición estrictamente reducida a la esfera del empleo formal. Entender la adaptación del cuerpo a las exigencias del trabajo y a estándares morfológicos socialmente aceptados es inseparable de un uso cuidadoso de la categoría de explotación. Así, es necesario tener en cuenta dos sentidos de explotación, uno restringido, matizado, y uno ampliado, que incluya los ámbitos de la producción y la reproducción, así como la manera en que la explotación es también aprovechamiento de jerarquías sociales, de diferencias de estatus legal o social que permiten sobreexplotar a la fuerza de trabajo. Se trata de una inclusión necesaria en cuanto asistimos a una invisibilización de las actividades reproductivas, que el capitalismo y sus distintas formaciones sociales no siempre reconocen como trabajo. La dificultad estriba en utilizar un concepto de explotación que pueda articular el aprovechamiento de esas jerarquías y el rendimiento diferencial extraído de las diferencias de estatus, sin allanar la cualidad y lo concreto de las distintas experiencias de dominación (Renault, 2023: 312).

Una mirada renovada sobre el concepto de explotación tendría que incorporar, por un lado, la crítica de la ausencia relativa en el marxismo de una adecuada caracterización del cuerpo, donde, a menudo, han sido la crítica del racismo y la crítica feminista las que han atendido al cuerpo como foco de la explotación (Mau, 2022) y, por otro lado, una consideración sobre las claves que ofrece el propio Marx a la hora de entender cómo el poder social que ejerce el capital tiene que ver específicamente con esa capacidad para determinar las condiciones de la producción y la reproducción. Dicho de otro modo, el efecto

ambiental que produce el capital es la delimitación de las condiciones en las que se organiza la reproducción social, a menudo en contra de las fuerzas, los recursos y los deseos de los sujetos vivos. La explotación se funda no solo en el uso de la fuerza de trabajo al nivel concreto de cada relación laboral, sino también en la competencia entre los capitales. Ello permite una definición ampliada de explotación, como “una relación al nivel de la totalidad social, o, lo que es lo mismo, que es el capital en cuanto tal, y no los capitalistas individuales, aquello que explota el trabajo” (Mau, 2024: 263). Así, la competencia entre los capitales, que actúa como “medio de coacción recíproca”, es “el mecanismo por el que la relación de explotación se eleva a relación al nivel de la totalidad social” (2024: 264).

Que la competencia entre capitales, que se disputan márgenes menguantes de beneficios, imponga la competencia entre individuos como coacción recíproca, arroja otra luz sobre la creciente extensión del trabajo más allá del espacio laboral, así como los esfuerzos e inversiones de todo sujeto orientados a la mejora de la empleabilidad y a la promoción de sus fuerzas. La creciente fusión del trabajo con el conjunto de la vida nos obliga a repensar los sentidos extensivo e intensivo de la explotación, el aumento de los ritmos y de las exigencias que el trabajo impone sobre el cuerpo y la subjetividad de los trabajadores. El reclutamiento del compromiso subjetivo con el trabajo, con la imagen de la empresa o con el yo-marca recae en el ámbito de la autodisciplina del sujeto y debe indagarse también distinguiendo niveles intensivos y extensivos de la explotación, es decir, el total de horas de trabajadas (también las invertidas en el cultivo del cuerpo) y la intensidad con la que se trabaja⁴.

En la construcción de ese compromiso con las exigencias del trabajo interviene la psicologización de las relaciones laborales, promoviendo la gestión entusiasta del estrés, como cálculo “que permite a las personas hacer frente a altas cargas de trabajo”. Gestiona su estrés “un individuo soberano de su propia vida emocional y de su adaptación exitosa a entornos desafiantes” (López Carrasco, 2018: 30). El rol que cumple la psicología es el de apuntalar la ideología y las disposiciones que conducen al compromiso y la gestión del estrés. Como ciencia del comportamiento adaptado, históricamente ha constituido el “objeto psíquico” al margen de los conflictos y del poder social que atraviesa a los cuerpos: de sujetos con contradicciones y conflictos a la

⁴ Para una exposición del problema de la intensificación del trabajo, sus efectos sobre la subjetividad y los discursos y estrategias empleados para lidiar con el estrés, véanse estudios sobre el estrés en trabajadores del sector servicios como el de López Carrasco (2018) o las investigaciones sobre la intensificación del trabajo en la obra de Pérez Zapata (2019). También su recepción en filosofía (Vega Jiménez 2025; López Álvarez 2023).

gestión de recursos humanos. En la mirada del psicólogo se pierde “la experiencia del sujeto, y promueve, en cambio, la identidad de un ser susceptible de representación, y, en consecuencia, de dominación” (Deleule y Guéry 1975: 70-71). Que el trabajador incurra voluntariamente en la intensificación como un desafío arraiga en la intervención psicológica en el trabajo y el lenguaje psicológico popularizado, que apunta a “restituir al agente una conciencia desfasada de su posición, inculcándole un tipo de conocimiento de sí mismo centrado en nociones folklóricas de ‘participación’, de ‘sentimiento de pertenencia de grupo’ (...) que danzan enloquecidas alrededor del concepto de ‘personalidad’, al que acompaña su indispensable comparsa, el concepto de ‘integración’” (Deleule y Guéry, 1975: 122). En este punto el cultivo de la personalidad, atravesado por los discursos psi, no es ajeno a la lógica del cultivo del cuerpo. Cultivar la propia imagen, formar las destrezas que uno vende en el mercado y cuidar el cuerpo son ejercicios paralelos.

Aunque constituyan marcos interpretativos distintos (en la historia de la filosofía, al menos, sucesivos), la disciplina y las estrategias de gestión posdisciplinaria de la fuerza de trabajo no son mutuamente excluyentes. La producción de cuerpos productivos es fruto de un cálculo de los rendimientos esperados, de su posible intensificación y de los recursos subordinables a tal fin. En ello confluyen el planteamiento marxiano de *El Capital* y el Foucault de la disciplina. Las formas de gobierno flexible del trabajo, su regulación posdisciplinaria, no cancelan los principios de los paradigmas productivos anteriores, sino que profundizan la relación de cálculo y sustituyen la coacción directa por coacción blanda, que conjuga elementos disciplinarios con construcción de un consentimiento entusiasta. Ni las nuevas formas de empleo en el sector servicios ni las referencias al trabajo cognitivo o inmaterial suponen una superación de la escala del cuerpo y de la relación de explotación. Por ello, el concepto de disciplina constituye una herramienta interpretativa válida y reivindicable cuando se trata de analizar, de la mano de los marxismos, las formas de la explotación y el impacto del trabajo sobre los cuerpos, en la medida en que plantea la producción del cuerpo como cuerpo de trabajo.

El concepto foucaultiano de disciplina va de la mano de la reflexión sobre la construcción de la fuerza de trabajo, de la asignación calculada de cuerpos a espacios de trabajo, según una regla de extracción eficiente de sus fuerzas. La construcción del cuerpo como cuerpo trabajador ha requerido el adiestramiento del gesto y la introducción de un principio de eficiencia. En este punto, la idea de cuerpo es inseparable en la modernidad de la construcción de éste como cuerpo de trabajo. Ahí, contra todo esencialismo, Foucault advertía que “el trabajo no es en absoluto la esencia concreta del hombre o la existencia del hombre en su forma concreta” (2017 [1978]: 146). Sin embargo, la transformación del entorno para la satisfacción de las

necesidades, como potencialidad inscrita en el cuerpo humano, no puede quedar obturada por un modelo constructivista. La relación metabólica en la que el cuerpo humano siempre está con su entorno supone que la fragilidad del cuerpo humano es al mismo tiempo un límite y una potencialidad, que lleva al desarrollo de herramientas y a la coordinación de actividades para la satisfacción de necesidades. Ello obliga a mantener una consideración antropológica del trabajo que impide que la definición que hagamos de éste se agote en la crítica marxiana del trabajo como relación sociohistóricamente específica del capitalismo. En última instancia, el límite de la adaptación del cuerpo a la realidad del trabajo es elástico, pero existe no obstante como límite “y negarlo sería negar la corporeidad de la existencia humana” (Mau, 2024: 125). La indeterminación del cuerpo humano, su fragilidad constitutiva, es lo más propio del metabolismo humano y ha sido la base de sus capacidades adaptativas. De ahí la posibilidad de que “los seres humanos medien socialmente su relación con el resto de la naturaleza de infinitas maneras” (Mau, 2024: 137). Esto es, las formas que adopta la explotación en cada contexto sociohistórico moldean la materialidad del cuerpo y el conjunto de sus prácticas, pero, también, se topan con límites, marcados en última instancia por la fatiga, el desgaste o la enfermedad.

4. LA INDISPONIBILIDAD Y LA VIOLENCIA SOBRE EL CUERPO

A la hora de considerar la plasticidad del cuerpo desde un enfoque antropológico, el estudio de la subsunción real de éste en las relaciones sociales capitalistas constituye un segundo nivel de teorización que se imbrica con el primero (el antropológico) sin sustituirlo. Aquí confluyen dos cuestiones: 1) el cálculo — de las fuerzas corporales y de los tiempos de su explotación— y 2) que para hacer del cuerpo un cuerpo trabajador hace falta promocionar sus fuerzas en una determinada dirección y minar otros tipos de fuerzas, como su capacidad de asociación o de resistencia. En la conferencia final de *La verdad y las formas jurídicas*, Foucault planteaba una máxima que resume la estrategia capitalista a la hora de movilizar a la fuerza de trabajo y distribuirla en el espacio: *que toda forma de plusvalor es una forma de subpoder* (2017 [1978]: 146). Al plantear el estrechamiento del cuerpo del trabajador, así como al minar su resistencia, donde Foucault habla de “secuestro”, Marx hablará de “robo del tiempo”. Minar las capacidades de resistencia de un cuerpo, la capacidad individual para el rechazo, la insubordinación, o la capacidad colectiva para la asociación y la resistencia, es un movimiento que hace del subpoder “una condición de posibilidad de la plusganancia” (Foucault, 2017:147). Tanto en el marco marxiano como en el foucaultiano, las relaciones

de producción aparecen como relaciones de poder que se ejercen sobre los cuerpos.

A la luz del mandato de rendimiento, el cuerpo obsoleto es aquel no sólo incapaz de adaptarse a las novedades tecnológicas, sino aquel que no puede, con la misma intensidad, hacer de todo su tiempo de vida tiempo de trabajo rentable; es decir, aquel que ya no rinde conforme al estándar de productividad. Las exigencias de adaptación del cuerpo al trabajo tienen lugar también como un esfuerzo que los sujetos realizan sobre sí mismos para mantenerse a la altura de los estándares exigidos, de rendimiento laboral, pero también de formación, de capital cultural, simbólico o social, o incluso de belleza. Cultivarse una imagen, adaptada a estándares sociolaborales y cánones de belleza, incurrir en prácticas de automejora, nutrición y fitness, son experiencias que anuncian una preocupación constante por el cuerpo, pudiendo calificarse ésta como trabajo del sujeto sobre su propio cuerpo.

Pablo López Álvarez (2017) rescata un principio de la *Filosofía del Derecho* de Hegel para insistir en cómo, incluso en contra de los posibles deseos del sujeto, el sujeto es en su cuerpo y ese cuerpo tiene unos derechos inalienables. Por lo mismo, toda forma de violencia que se ejerza sobre el cuerpo es también violencia sobre la persona, en la medida en que la libertad del sujeto, como existente en un cuerpo, es la libertad de su cuerpo (Hegel, 2005 [1981]: 132). Entender que cuerpo y persona son indisociables permite dar otra entidad jurídica a los derechos laborales y a los efectos del trabajo sobre el cuerpo. La inseparabilidad de la subjetividad y del cuerpo del trabajador, y del cuerpo y la fuerza de trabajo, hacen de ésta última una pseudomercancía atravesada por múltiples contradicciones. Vendemos la fuerza de trabajo, es decir, alienamos su uso durante unas horas, que es apropiado por el empleador, pero sigue siendo una fuerza y una experiencia inseparable de los sujetos de vivos, de los cuerpos cuyas destrezas, esfuerzos y tiempos están siendo comprados. La conciencia de esta contradicción estuvo presente en Marx y es una clave de lectura para la crítica de los efectos del trabajo sobre el cuerpo y la subjetividad, sea en términos de desgaste, violencia o daño. Como ha expuesto Jason Read, la diferencia con respecto a otras mercancías es que “la fuerza de trabajo se vende, se aliena, pero no se intercambia. El trabajador no puede desprenderse de ella, ya que es su cuerpo y su mente, pero ahora está bajo el control de otro, del capitalista, el jefe que dicta cómo se utilizará. El trabajador se posiciona como propietario de una mercancía, de la fuerza de trabajo, antes de venderla, pero, una vez vendida, una vez puesta a trabajar, pertenece a otra persona” (Read, 2024: 14).

El sistema fabril decimonónico, el fordismo y las iteraciones contemporáneas del toyotismo constituyen un ejercicio de violencia calculada sobre los cuerpos,

de extracción de sus fuerzas y, en última instancia, de producción de enfermedad, “agotamiento y muerte prematura de la fuerza de trabajo” (Marx 2024[1867]: 332). Ese pulso histórico entre lo que puede dar de sí un cuerpo, lo que consideramos intolerable o violencia sobre el cuerpo, se dio entre la organización capitalista del trabajo y los obreros en lucha. La fuerza de trabajo es explotada todo lo posible, pero sin llegar a su destrucción. El sueño capitalista siempre fue la superación de tales resistencias, “en el origen de la cadena, violencia calculada, sistemáticamente aplicada contra el trabajo de los hombres, ese sueño original del capital en busca del ‘movimiento perpetuo’ de la fábrica. La producción de flujo continuo, ‘piedra angular’ de todos los sistemas de organización del trabajo” (Coriat 2015 [1979]: 38). En palabras de Marx, la apuesta por la prolongación de la jornada laboral y la intensificación imponen un ritmo en el que la máquina, el proceso de trabajo, que absorbe fuerza de trabajo, se emancipa del obrero, aspira a transformarse en movimiento perpetuo “que seguiría produciendo ininterrumpidamente si no tropezara con ciertas barreras naturales en sus auxiliares humanos: debilidad física y voluntad propia” (Marx 2024: 481).

La elasticidad y la fragilidad hacen del cuerpo humano un cuerpo dependiente, pero con la potencialidad de transformar el entorno, organizando la reproducción social de múltiples maneras. No obstante, plantea un problema cuando se constituye como plasticidad forzada, cuando se intentan superar las barreras naturales del descanso y del sueño que constituyen su finitud. Si entendemos determinadas imposiciones del trabajo sobre el cuerpo como una forma de violencia, se ilumina de otro modo la violencia autoinfligida. La suma de prácticas y culturas del fitness que llevan al cuerpo hasta el límite de la extenuación y el mantenimiento de las disposiciones corporales exigidas por la nueva empresa (Landa y Rumi 2016; Landa 2009), plantean un problema: las exigencias de rendimiento y optimización constante de tiempos ponen en riesgo el equilibrio psicosomático de los sujetos. La invisibilización del desgaste y la optimización del rendimiento en la gestión neoliberal atenta contra los límites de la subjetividad corpórea. Sea en el trabajo o en el cultivo de la imagen, el cuerpo es objeto de una preocupación constante; llevado al punto de la obsesión, resurge la pregunta por los límites de la maleabilidad del cuerpo (Moreno Pestaña 2016), pero también sobre los usos del tiempo libre y de las atenciones que el sujeto concede al cuerpo, tanto en lo relativo a los estados de salud y enfermedad, como en lo que constituye su puesta en escena. Entender qué hacen los sujetos cuando trabajan y cuando adaptan su cuerpo a las disposiciones exigidas por el trabajo conlleva ampliar los límites de lo que entendemos por trabajo. El cultivo del cuerpo difumina los límites de lo que consideramos trabajo. Por consiguiente, aparece la pregunta sobre si acaso los esfuerzos realizados para mantener el *cuerpo de trabajo* exigido pueden ser

entendidos también como una forma de trabajo (Moreno Pestaña 2016; Landa 2010). Aquello que hacemos para mantener el cuerpo a la altura de determinados estándares sociales, de juventud, salud o belleza, podría ser planteado a la manera en que también entendemos las tareas reproductivas como esfuerzos o trabajos de puesta a punto, reposición y reproducción de los cuerpos.

5. LAS FORMAS DEL DAÑO CORPORAL: EL DESGASTE Y LA ENFERMEDAD

La organización contemporánea del trabajo lleva a los sujetos a adaptarse a unos patrones espaciotemporales que pueden llevar a los cuerpos al límite de la descompensación psicopatológica. En esa línea, en el apartado anterior se plantea la dosis de violencia que se (auto)infligen los sujetos en el proceso de adaptación a una realidad laboral coactiva e intensiva. La antropología del dolor de David Le Breton llamaba la atención sobre el hecho de que determinados ámbitos, sea el deporte, un proceso de aprendizaje o, añadimos nosotros, la adaptación al trabajo, conllevan siempre una negociación de los límites del dolor, un descubrimiento y una tensión constante con respecto al dolor que uno puede soportar (2020: 212-213). Si cada sociedad produce un tipo de cuerpos, también produce unos umbrales de lo tolerable y de lo intolerable. Que el desgaste corporal en la experiencia contemporánea del trabajo quede difuminado por la *analgesia generalizada* (Sanz, 2021) no elude la aparición del daño corporal, solo la aplaza.

Estudios sobre la enfermedad, desde la filosofía del cuerpo, llaman la atención sobre cómo en determinados trabajos, a menudo feminizados, se da una cronificación de la fatiga y del dolor, una relación resignada en la que las trabajadoras están abocadas a convivir con el dolor físico. Dresda Méndez acuñó el término *estados mórbidos* (2022) para referirse a la normalización del daño corporal. Un tipo de asunción de la fatiga y del desgaste corporal que se da con la connivencia de la regulación del trabajo, del Estado, de la legislación laboral y por la insuficiente atención de la medicina laboral a las enfermedades profesionales. A menudo solo bajo la cobertura legal de la enfermedad, o del diagnóstico, tiene lugar la exención del trabajo. Indagando sobre el momento en el que la enfermedad o el daño corporal comenzaron a ser reconocidos y compensados, y también, por tanto, cuantificados, Nate Holdren ha mostrado en *Injury Impoverished* (2020) que la ley de compensaciones por accidentes de trabajo, en el contexto del New Deal, fue a la vez la apertura de un marco de reconocimiento a la enfermedad y del daño corporal ocasionados por el trabajo.

Sin embargo, supuso una plataforma de la que las empresas pudieron servirse para imponer “la tiranía de la tabla”, la fijación estricta de las cuantías, volviendo algo cotidiano el pago por miembros del cuerpo perdidos o dañados. La cara oscura de la racionalización de las compensaciones por accidentes es la relación calculada de la empresa con el daño corporal producido por las condiciones de trabajo. Entendido aquí en el sentido más concreto y restringido de la lesión permanente, el accidente laboral o la enfermedad incapacitante. En tal caso, a la explotación es inherente un cálculo de externalidades: la previsión de daños que la organización del trabajo se puede permitir.

La normalización del daño corporal ha llevado a que se introduzcan consideraciones sobre la dignidad de los cuerpos en las críticas al cálculo actuarial. El pago de una compensación por daños siempre conlleva una incómoda pregunta sobre el valor de las vidas y sobre el valor económico de los cuerpos. Tanto en el cálculo de compensaciones por accidentes como en los seguros de decesos se calcula el valor estadístico de una vida, pero “la exposición constante a riesgos ya devalúa de hecho la vida” (Fassin, 2022: 32-33). En el momento en el que se calcula exhaustivamente el valor de un cuerpo (o de sus partes), se introduce la posibilidad, para la empresa, de un cálculo de costes; esto es, el cálculo de cuántos accidentes y cuántas indemnizaciones se pueden permitir pagar. En esa funcionalidad de la ley Holdren detecta un *estrechamiento moral*, ya que cualquier otra forma de valoración del daño, de reconocimiento o de compensación queda descartada: “Se dejaron de lado todas las formas en que los cuerpos de las personas son algo más que una forma de ganar dinero, de modo que la destrucción del cuerpo de alguien sea algo más que un gasto económico” (Holdren, 2021: 173-174). De esta manera, el cálculo que caracteriza a la relación de la gerencia con el cuerpo trabajador se extiende a un cálculo de externalidades negativas, a una previsión de la cantidad de daños y compensaciones asumibles (dadas las cadencias aceleradas introducidas por el fordismo-taylorismo).

A lo largo del siglo XX distintas voces críticas desde la medicina y el sindicalismo alertaron sobre la siniestralidad, el impacto del trabajo sobre los cuerpos y el valor desigual de las vidas en el capitalismo. El colectivo *Medicina Democrática* en Italia, y médicos comprometidos como Giulio Maccacaro llamaron la atención sobre la relación entre capitalismo, producción, siniestralidad y medicina, acusando una serie de constreñimientos que pesaban sobre la institución médica (Barca, 2014: 127). Las enfermedades profesionales relacionadas a menudo con esfuerzos repetitivos, la diversidad de tendinopatías generadas por el trabajo industrial, en definitiva, una miríada de manifestaciones del daño corporal es a menudo desatendida por los estándares del derecho laboral y de la medicina laboral. Se trata de un mero paliativo en

la medida en que se busca restituir la capacidad de trabajo de los cuerpos que acusan desgaste, mientras se elude toda consideración sobre determinantes más amplios de la enfermedad o del daño corporal. En condiciones de explotación de la fuerza de trabajo es ineludible el cálculo con respecto a la extracción de fuerzas del cuerpo y el ajuste entre los límites de la explotación y los mínimos de la remuneración. En la crítica marxiana de la relación salarial se despliega la fuerza de trabajo como pseudomercancía, pero también un cálculo empresarial implícito: la consideración del mínimo y el máximo de explotación que puede ejercerse, en paralelo al mínimo de remuneración necesario para reponer el cuerpo y un máximo de remuneración que no contravenga la rentabilidad. Apoyándose en los pasajes de *El Capital* dedicados a la duración de la jornada de trabajo, Iker Jáuregui ha expuesto el difícil equilibrio entre el máximo posible de explotación y el mínimo posible de remuneración en los siguientes términos:

“Se trata de dos límites que tienen que ver, exclusivamente, con la capacidad física del trabajador (hoy diríamos: con su cuerpo). Un límite mínimo, el del salario, que es un límite –positivo– a la reproducción del cuerpo; y un límite máximo, el de la jornada laboral, que es un límite –negativo– a la explotación del cuerpo. Se trata, en definitiva, de una horquilla por debajo de la cual el trabajador no puede tan poco y por encima de la cual el trabajador ya no puede más” (Jáuregui, 2018: 24).

El uso calculado de las fuerzas del cuerpo y las necesidades de reposición, sin que medien formas de dominación directa, sólo es pensable en un contexto en el que el trabajo asalariado es ya la relación social que rige la satisfacción de necesidades y la coordinación de las actividades. La constitución del cuerpo como cuerpo productivo fue fruto de un largo proceso histórico de subordinación al trabajo asalariado de masas desposeídas de sus medios de vida (Catalina 2023; Ruiz Sanjuán 2019). Es fruto de una “expropiación fundante” que ahorra el uso de la coerción directa: “la desposesión que caracteriza al proletariado significa que las condiciones de su subsistencia pertenecen al capital y dependen de la competencia intra e interclasista. La desposesión funda así la coacción impersonal del proletariado a buscar ofertas salariales y adaptarse a condiciones laborales de las que depende su subsistencia” (Catalina, 2023: 53). La separación violenta de los trabajadores de sus propios medios de vida, y la coacción al trabajo y al dinero como nuevas vías de acceso a éstos, constituye el terreno de la adaptación forzada a condiciones de trabajo que redundan en una experiencia del daño. En esa línea, la crítica marxiana del trabajo contenía ya elementos de crítica del daño corporal. Ya en *El Capital* la organización capitalista del trabajo es puesta en conexión con la producción

directa de extenuación y enfermedad (Deleule y Guéry, 1975). El desgaste y las formas del daño corporal son subsidiarias de tiempos, ritmos e intensidades de trabajo que se dirimen en la necesidad que el capitalismo tiene de movilizar la fuerza de trabajo de manera rentable (o, por el contrario, descartarla cuando ello no es posible).

Las reflexiones contemporáneas sobre el cuerpo enfermo apuntan a la creciente naturalización de la relación con el dolor crónico, sobre todo en realidades que afectan principalmente a mujeres, como la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica (Méndez 2022). La fatiga aparece en el paisaje laboral contemporáneo como “la sensación de la totalidad proletarizada” (Boyer, 2021: 209). Si el sueño del neoliberalismo podía ser el borrado del cuerpo, la superación de las pesadas inercias de la materialidad y la construcción de un sujeto del rendimiento, competitivo, calculador de la gestión de sus energías, sin fatiga y sin dependencias, en las culturas contemporáneas del cuerpo encontramos una relación tensa de cálculo de fuerzas, tiempos y energías, que se topan con el muro del cuerpo, límite infranqueable. Lo que se ha calificado de *plasticidad forzada* (López Álvarez 2017) es una aspiración del neoliberalismo a moldear el cuerpo y adaptarlo a las exigencias de rendimiento incrementadas. La superación de las barreras del sueño y el descanso es también una referencia habitual, así como el uso generalizado de analgésicos, complejos vitamínicos y suplementos de todo tipo. Ahí, la relación con las sustancias, aunque sea voluntaria, es funcional a las exigencias de rentabilidad: “los analgésicos a bajo costo como forma de reducir las bajas laborales” (Sanz 2021).

Aquello que sea un cuerpo vendrá definido por las relaciones sociales que lo constituyen, siendo el trabajo un elemento central. La pregunta que surge es en qué condiciones se produce hoy la aptitud de los cuerpos para el trabajo, más allá de las formas de coacción clásicas. La delgada línea entre el rendimiento y la extenuación plantea preguntas sobre el trabajo como fuente de daño y enfermedad. Las discusiones en la línea del capital erótico plantean en relación con qué propósitos sociales uno decide cultivar el cuerpo y con qué grado de intensidad y, en última instancia, si acaso podría hablarse del cuidado de sí como *trabajo corporal*. Como advierte Moreno Pestaña, los valores morales atribuidos a la morfología corporal entroncan peligrosamente con consideraciones sobre salud: “La medicina, promoviendo la reflexividad corporal y estigmatizando ciertas morfologías, impone un arbitrario estético. Si la belleza se ampara en la salud, el discurso se acoraza contra la crítica” (2016: 23). La relación contemporánea con la estética, el fitness y la dietética no esquivas estas condiciones.

La investigación en torno al capital erótico llevada a cabo por José Luis Moreno Pestaña ya advertía que la plasticidad del cuerpo tiene límites. No podemos

modificar la morfología corporal a nuestro antojo. De la misma forma, la apropiación de los cuerpos por las exigencias del trabajo encuentra límites naturales: la fatiga, la necesidad de descanso y el equilibrio psicosomático (cuya ruptura lleva a la descompensación psicopatológica o a la enfermedad). En ese punto, la tensión entre la transparencia y la opacidad, el difícil acceso al conocimiento y dominio del cuerpo revela que ni la teoría ni las culturas corporales contemporáneas han superado una disyuntiva que tan bien analizó Francisco Ortega en *El cuerpo incierto*: el modelo de cuerpo disciplinado en Foucault, las tecnologías médicas contemporáneas y variadas formas de relación con el cuerpo propio aspiran a un conocimiento *transparente*, lo que contrasta marcadamente con un *principio de opacidad* del cuerpo que encontramos en las fenomenologías del cuerpo del siglo XX. El cuerpo a menudo está implicado en procesos que el sujeto desconoce, que exceden la capacidad cognoscitiva del sujeto y de los cuales éste es incapaz de apropiarse. Ahí, la aspiración a la optimización de los tiempos de ocio y trabajo, y de los estados del cuerpo, encuentra límites. El cálculo de las fuerzas que se poseen para soportar la jornada o lograr el cuerpo deseado es un elemento constitutivo del vínculo entre cuerpo y trabajo. Un cálculo que, al nivel concreto de la relación social de explotación, se muestra como previsión imposible, un conflicto entre la aspiración a la plasticidad infinita (López Álvarez, 2024, 2016) y la necesaria finitud del cuerpo, de sus necesidades y de sus fuerzas. Ello hace que la apropiación externa de las fuerzas del cuerpo esté signada por la incertidumbre y por el límite físico del daño y, llegado el límite, por la propia ruptura.

La panorámica contemporánea de las exigencias del trabajo sobre el cuerpo y de las situaciones que redundan en daño corporal permite plantear una confrontación entre ontologías de la plasticidad corporal (que aspiran a fuerzas y energías infinitas) y posiciones teóricas que ven en el cuerpo un límite inapropiable, es decir, el referente normativo de la indisponibilidad del cuerpo. El cuerpo como límite se declina en varios sentidos: ético-político, fisiológico y epistemológico (hay una realidad de la experiencia del cuerpo propio y del esquema corporal que no podemos conocer exhaustivamente ni con un grado absoluto de transparencia). En la determinación del estado, los hábitos y las posibilidades del cuerpo se juegan el poder y la libertad. Dicho de otro modo, determinar el campo de acciones posibles de un cuerpo es, también, ejercer un poder sobre éste. La obsesión contemporánea con el cuerpo también marca un contraste: hoy existe una preocupación inédita por transformarlo, por moldear su morfología y por aumentar su potencia (Le Breton, 2018: 134-136). Que no exista una alternativa obvia a la obsesión con el rendimiento deportivo o al sedentarismo al que aboca el trabajo (y la fatiga), expresa una limitación de las culturas corporales contemporáneas. Ya en la atención concedida a la

interioridad del hogar, al confort, al diseño y a la higiene, en la segunda posguerra, nucleada en torno a la pareja y un ocio basado en el consumo, veía la historiadora Kristin Ross un principio de atomización y despolitización, una “retirada progresiva del espacio público” (1995: 11).

La relación contemporánea con el cuerpo es de negociación constante con nuestras energías, con su imagen y con sus potencias. Cada periodo histórico ha estado marcado por una forma de explotación del trabajo y un tipo de sustancias utilizadas para el aumento del rendimiento o para el alivio de la fatiga. En esa línea, Marta Echaves (2019) señala que hoy la tendencia sería el policonsumo, un cálculo intuitivo del sujeto de las sustancias en función de las necesidades de producción o relajación. Una tendencia que responde a necesidades de adaptación a imperativos de rendimiento. En *Histoire de la fatigue*, repasando el uso generalizado de las anfetaminas en la guerra en la primera mitad del siglo XX, Georges Vigarello llama la atención sobre la obsesión por vencer la fatiga en la industria, la publicidad y la psicoténica. El descubrimiento de la anfetamina y, más tarde, la producción sintética de hormonas como la testosterona, prometía algo inédito: “modificar por los psicotrópicos las resistencias intrínsecas del hombre moderno” (Vigarello, 2020: 393). El sometimiento de los trabajadores a ciclos variables de estimulación, analgesia o relajación responde a una experiencia del trabajo y del tiempo que es en sí misma fragmentaria. Demandas cambiantes y exigencias de rendimiento que atentan contra los ciclos naturales del cuerpo anuncian “una fatiga global” (Vigarello, 2020: 435), la atmósfera de malestar en la que arraigan el estrés, el *burnout*, y la depresión.

6. CONCLUSIONES: EL CUERPO EN RELACIÓN

En el cuerpo se expresa un límite a la apropiación, un límite que es en igual medida aquello que permite delinear una definición negativa: no podemos definir con exactitud qué es un cuerpo, pero sí intuir las condiciones más allá de las cuales deja de poder existir como cuerpo. En este sentido, la experiencia social, y la experiencia del trabajo en concreto, son igualmente estructuradoras y desestructuradoras de la consistencia somática y del repertorio de potencialidades de los cuerpos. Desde este marco, la evolución de las culturas corporales puede ser puesta en relación con las transformaciones del trabajo. El renovado interés por el concepto de explotación en filosofía y ciencias sociales (Renault 2023; Banaiji 2010) invita a plantear las potencialidades y los límites de un concepto ampliado de explotación que, por abarcar igualmente los ámbitos de la producción y la reproducción, pueda llegar a perder

concreción. Sin embargo, cuando atendemos a la cadena de trabajos que sostienen la ficción jurídica del “trabajador libre” (Catalina, 2023: 53) y cómo la expansión del capitalismo se ha apoyado en distintas formas de explotación del trabajo, fuera remunerado o no, tal extensión del concepto de explotación, más allá de la relación salarial, resulta necesaria.

Como se ha expuesto, la limitación que pesa sobre la filosofía del cuerpo contemporánea tiene que ver con las dificultades para abordar su materialidad más allá del plano de la reflexión estética, de la dimensión discursiva o de las representaciones de los cuerpos. La habitual reconstrucción de la degradación epistémica del cuerpo, entendida a menudo como un *olvido del cuerpo*, parece tornarse hoy obsesión con el cuerpo. En los esfuerzos por embellecerlo, modificarlo o construirlo como cuerpo sano, la jerarquía histórica que pesaba en el dualismo alma-cuerpo parece hacer del cuerpo un suplemento de sentido del yo. Sigue ausente una consideración del trabajo y una noción de hábito o de disposición incorporada, que dé cuenta de la experiencia del cuerpo como proceso opaco y no como imagen; un proceso cuyos efectos anteceden y suceden a la instantaneidad del acto expresivo. No obstante, más allá de los efectos performativos de la acción corporal, a menudo conscientes de una comunicación fallida o imperfecta, lo que no es tan apreciado en buena parte de las teorías del cuerpo es que construimos sentidos ambiguos que pueden ser directamente tramposos, en nuestra relación con el cuerpo y con el significado que damos a nuestras prácticas.

Encontramos otra excepción al entendimiento limitado de la acción corporal en el intenso diálogo de Judith Butler con la filosofía francesa poshelegiana y los estudios de género a la hora de evaluar el cuerpo como realidad interdependiente, desde una perspectiva que podríamos calificar de *extática*. El cuerpo en la filosofía de Butler está siempre fuera de sí y depende de infraestructuras y relaciones sociales que le anteceden. En ese sentido, el cuerpo está ya siempre en relación, antes incluso de que el sujeto acceda al lenguaje. El referente de la interdependencia es clave para no rendir la comprensión del cuerpo a fantasías de autosuficiencia. En línea con la idea marxiana de la imbricación entre cuerpo, herramientas y entorno, no podemos hablar de los cuerpos sin los entornos, las infraestructuras y los sistemas de interdependencia social que constituyen sus condiciones de subsistencia. Ahí, toda forma de derecho o protección social se entiende como compromiso o solidaridad con la reproducción de los cuerpos. Un compromiso que adolece de una limitación histórica, ser un derecho vinculado al trabajo, un derecho del cuerpo dignificado por el trabajo y no del cuerpo per se.

El cuerpo es una realidad plural, inacabada y no autocontenida. Depende de los procesos sociales que lo sostienen y aunque no podamos dar una definición

cerrada de éste, concepciones relacionales o *extáticas* como las de Butler o Harvey (2003) permiten incidir en que el cuerpo depende de una serie de estructuras y relaciones sociales que le preceden; esto es, un conjunto de condiciones sin las cuales la supervivencia de los cuerpos deja de estar garantizada. Apostar por un modelo relacional de corporalidad es también asumir su apertura, su carácter relacional y su interdependencia:

“El cuerpo no es solo una entidad discreta con límites fijos, sino una serie de relaciones con la comida, la vivienda, la sexualidad, la apariencia, la movilidad, la audibilidad y la visualidad. Y esto está incorporado o desincorporado de un conjunto de relaciones sociales y formas institucionales que determinan en parte si una vida corporal va a persistir. Un cuerpo no existe sin otro” (Butler, 2014: 63).

Tanto en las relaciones laborales que producen daño corporal como en las culturas del fitness que colindan con estados patológicos, se expresa una preocupación por el cuerpo. Sea bajo la forma de la exposición a daños evitables o prematuros, por la deriva de la obsesión y el cálculo hacia estados patológicos, o por la normalización de la fatiga y el desgaste en los trabajos, en la relación contemporánea entre experiencia del cuerpo y experiencia del trabajo se cifra una determinación del campo de posibilidades de los sujetos. El aprovechamiento de los estados de tensión nerviosa y estrés por parte del *management* neoliberal (Dejours 2009; López Carrasco 2018) reedita las viejas técnicas disciplinarias, en un entorno de aparente superación de éstas (flexible, posdisciplinario). Las relaciones de explotación y el trabajo que los sujetos llevan a cabo para poner a punto sus cuerpos exigen ser investigados más allá de una rígida separación entre el cuerpo disciplinado y el cuerpo del trabajador flexible. Por otro lado, la promoción de las propias energías, el cultivo del fitness y del capital erótico responden a un estadio distinto de la idea de bienestar. Foucaultianos como Nikolas Rose o Francisco Vázquez apuntan a la inminente sustitución de la cultura del *welfare* por la del *wellness*, la aspiración a un imposible estado de salud total (Vázquez 2021; Rose 2001). La búsqueda del *fitness*, bajo la cobertura ideológica de la salud, busca poner a punto al cuerpo para las exigencias de la producción y de la vida social (cuyo cultivo es también correlato de las necesidades del yo-marca). En ese punto, lo que hacen los deportistas de élite, la obsesión de fondo en estados patológicos y lo que cotidianamente hacen los trabajadores cuando se preocupan mínimamente por el cultivo del cuerpo o cuando calculan sus fuerzas (qué comer, qué suplementos tomar, a qué sustancias recurrir para relajarse o evitar la fatiga), sólo difiere por la intensidad. La referencia del desgaste corporal, como límite de la apropiación indefinida de las fuerzas del sujeto, ilumina de otra manera la tensión entre la transparencia y la opacidad del cuerpo, toda vez

que la constitución histórico-social del cuerpo y del repertorio de sus hábitos, de las prácticas sociales que lo constituyen, obliga a considerar la relación entre potencia e impotencia (socialmente mediadas). Supone plantear que allí donde se juega la determinación del conjunto de las posibilidades de un sujeto, se cifran relaciones de poder y las posibilidades de la resistencia. En la experiencia contemporánea del trabajo y su impacto sobre los cuerpos, en la disputa de la exposición desigual al daño (al desgaste, a la enfermedad o a la violencia) se juega su libertad.

BIBLIOGRAFÍA

ADORNO, Th. W. y HORKHEIMER, M. (2009 [1944, 1969]): *Dialéctica de la Ilustración*, Madrid, Trotta.

ACHELLA, S. (2021): “The Right of the Body: Hegel on Corporeity and Law”, *Crisis & Critique*, 8, 2, pp. 9-21.

BARCA, S. (2014): “Work, Bodies and Militancy: The ‘Class Ecology’ Debate in 1970s Italy”, en *Powerless Science? Science and Politics in a Toxic World*, Boston, Brill.

BOYER, A. (2021): *Desmorir: una reflexión sobre la enfermedad en un mundo capitalista*, Madrid, Sexto piso.

BUTLER, J. (2014): “‘Nosotros, el pueblo’. Apuntes sobre la libertad de reunión”, en *¿Qué es un pueblo?*, Buenos Aires, Eterna Cadencia.

BUTLER, J. (2021): *Los sentidos del sujeto*, Barcelona, Herder.

CATALINA GALLEGU, C. (2023): “Trabajo, desposesión y sufrimiento en el capitalismo. De la crisis del mundo liberal al neoliberalismo”, *Bajo Palabra* 33, pp. 49-80.

CHAMORRO, E. (2023): “El ‘momento marxista’ de Foucault. La sociedad punitiva en perspectiva”, *Logos: Anales del Seminario de Metafísica*, 56, 2, pp. 309-325.

DE CERTEAU, M. (2006): “Historias de cuerpos: entrevista con Michel de Certeau”, *La Ortiga: Revista cuatrimestral de arte, literatura y pensamiento*, 68-70, 13-21.

DEJOURS, C. (2009 [2000]): *El desgaste mental en el trabajo*, Madrid, Modus Laborandi.

- DEJOURS, C. (2023 [2021]). *Ce qu'il y a de meilleur en nous*, Paris, Petite Bibliothèque Payot.
- DEJOURS, C. (2025): *Pratique de la démocratie: servitude volontaire, travail et émancipation*, París, Vrin.
- DELEULE, D. y GUÉRY, F. (1975): *El cuerpo productivo. Teoría del cuerpo en el modo de producción capitalista*, Buenos Aires, Tiempo Contemporáneo.
- DERANTY, J-P. (2016): "Lost Paradigm: the Fate of Work in post-war French Philosophy", *Revue Internationale de Philosophie*, 278, 4, pp. 491-511.
- ECHAVES, M. (2019): "Confiad en la piedad química", en *Working Dead. Escenarios del postrabajo*, Barcelona, La Virreina.
- FASSIN, D. (2022): *¿Cuánto vale una vida? O cómo pensar la dignidad humana en un mundo desigual*, Buenos Aires, Siglo XXI.
- FOUCAULT, M. (2010[1966]): *El cuerpo utópico. Las heterotopías*, Buenos Aires, Nueva visión.
- FOUCAULT, M. (2017[1978]). *La verdad y las formas jurídicas*, Barcelona, Gedisa.
- HARVEY, D. (2003): *Espacios de esperanza*, Madrid, Akal.
- HOLDREN, N. (2020): *Injury Impoverished: Workplace Accidents, Capitalism and Law in the Progressive Era*, Cambridge, Cambridge University Press.
- JÁUREGUI, I. (2019): "Variaciones neoliberales en la reproducción de los cuerpos: mercado, trabajo y cuidados", *Oxímora. Revista Internacional De Ética Y Política* 14, pp. 22-40. <https://doi.org/10.1344/oxi.2019.i14.26504>
- LANDA, M. I., RUMI, J. (2016) "Vomitarse es un acto con sentido", *Revista Anfibia*.
- LANDA, M. I. (2009): "Subjetividades y consumos corporales: un análisis de las prácticas del fitness en España y Argentina". *Razón y palabra*, 69.
- LE BRETON, D. (2018): *La sociología del cuerpo*, Madrid, Siruela.
- LE BRETON, D. (2020): *Antropología del dolor*, Santiago de Chile, Metales Pesados.
- LÓPEZ ÁLVAREZ, P. (2017): "La plasticidad forzada. Cuerpo y trabajo". *Daimon Revista Internacional de Filosofía*, 5, pp. 679-688.
- LÓPEZ ÁLVAREZ, P. (2023): "El cuerpo expuesto. Implicaciones políticas de los procedimientos de subjetivación del trabajo", *Bajo palabra* 33, pp. 23-48.

LÓPEZ ÁLVAREZ, P. (2024): “Utopía y extenuación del cuerpo productivo”, Ponencia presentada en el marco del Máster en Filosofía Contemporánea de la Universidad de Granada. 5 de diciembre de 2024, Granada.

LÓPEZ CARRASCO, C. (2019): *Intensificación del trabajo y tensiones del reconocimiento: experiencias de estrés de trabajadores jóvenes en los sectores del telemarketing y la consultoría*. Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid.

MARX, K. (2013[1844]): *Manuscritos económico-filosóficos*, Madrid, Alianza Editorial.

MARX, K. (2024[1867]): *El Capital. Libro primero*, Madrid, Siglo XXI.

MAU, S. (2022): “The Body”, en *SAGE Handbook for Marxism*, Londres, SAGE.

MAU, S. (2024). *Coacción muda: Una teoría marxista del poder económico del capital*, Barcelona, Verso.

MÉNDEZ, D. (2022): *Estados mórbidos. Desgaste corporal en la vida contemporánea*, Madrid, Kaótica.

MORENO PESTAÑA, J. L. (2016): *La cara oscura del capital erótico: capitalización del cuerpo y trastornos alimentarios*, Madrid, Akal.

ORTEGA, F. (2010): *El cuerpo incierto: corporeidad, tecnologías médicas y cultura contemporánea: Corporeidad, tecnologías médicas y cultura contemporánea*, Madrid, CSIC.

PÉREZ ZAPATA, O. (2019): *Trabajo sin límites, salud insostenible: la intensificación del trabajo del conocimiento*, Madrid, Marcial Pons.

READ, J. (2024): *The Double Shift: Spinoza and Marx on the Politics of Work*, Londres, Verso.

RENAULT, E. (2023): *Abolir l'exploitation: lectures, usages confrontations*, París, La Découverte.

ROSE, N. (2001): “The politics of life itself”, *Theory Culture & Society*, 18(6), 1-30.

RUIZ SANJUÁN, C. (2019): *Historia y sistema en Marx: hacia una teoría crítica del capitalismo*, Madrid, Siglo XXI.

SANZ, M. (2021): *La enfermedad de los cuerpos. Teoremas críticos sobre la enfermedad*, Madrid, Akal.

VÁZQUEZ, F. (2021): “Del *welfare* al *wellness*: las tecnologías del bienestar y el gobierno de las subjetividades en el liberalismo avanzado”, *Para una crítica del neoliberalismo: Foucault y el Nacimiento de la biopolítica*, Madrid, Lengua de trapo.

VEGA JIMÉNEZ, S. (2025): *Elementos para una teoría crítica del trabajo: experiencia, sufrimiento y formas del daño*. Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid.

VEGA JIMÉNEZ, S. (2024): “La experiencia del trabajo en el neoliberalismo. Competencia, intensificación y cambios en la comprensión del sufrimiento”, *Las Torres de Lucca. International Journal of Political Philosophy*, 14(1), 33-44. <https://doi.org/10.5209/ltld.97357>

VIGARELLO, G. (2020): *Histoire de la fatigue: du moyen âge à nos jours*, París, Seuil.

VISCHDMIDT, M. (2020): “Bodies in space: On the ends of vulnerability”, *Radical Philosophy*, 208, pp. 33-46.

Recibido: 04.07.2025

Aceptado: 05.12.2025

Sergio Vega Jiménez es doctor en filosofía por la Universidad Complutense de Madrid. Defendió en 2025 una tesis titulada “Elementos para una teoría crítica del trabajo: experiencia, sufrimiento y formas del daño”. Investiga en los ámbitos de la teoría crítica, el sufrimiento psíquico, la filosofía del cuerpo, el marxismo y los estudios foucaultianos. Sus publicaciones abordan la crítica del trabajo, la precariedad, el sufrimiento laboral y la psicodinámica del trabajo. Ha realizado estancias de investigación en la Universidad de Nanterre-París X y en el Institut de Psychodynamique du Travail. Es miembro de los proyectos de investigación “Culturas de la opresión, explotación laboral y transformaciones del Estado” (PID2024-156672NB-I00) y “Estética y transformación digital de la sociedad” (PID2023-149638OB-I00). En estos momentos es docente en secundaria en la comunidad autónoma de Aragón. sevega@ucm.es