

mensiones, resistencia y ensambles, con el cual los usuarios interactuaron y propusieron mejoras; este prototipo se enlazo con una prueba piloto dentro del campus universitario teniendo en cuenta los puntos estratégicos de los sitios mayormente frecuentados.

De esta forma, se evidencio las ventajas y dificultades que brindaba el sistema, es así como después de un periodo de prototipado, testeo y mejoras se desarrolló Gurú, un sistema que ayuda a los estudiantes con discapacidad visual a ser autónomos al momento de desplazarse dentro del campus universitario.

PALABRAS CLAVE

Co diseño, fabricación digital, tecnología

BIBLIOGRAFIA

Buchanan, R. (1992). wicked problems in design thinking. Design issues vol.8 (2).
 Maldonado, T. (1998). Cuerpo Humano y conocimiento digital. En T. Maldonado, Crítica de la razón Informática. Barcelona: Paidós Ibérica.
 Garzón, F. (03 de 05 de 2016). Moovit, el lazarillo tecnológico que guía a las personas ciegas. Recuperado el 15 de 02 de 2017, de El Tiempo: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16580605>
 Vargas, L., Vela, S. L., Rodríguez Sanabria, B., Ibáñez, I. J., & Vallejo, V. G. (2006). Representación espacial en invidentes congénitos. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
 Mayo, P. (27 de 09 de 2016). Elentreríos, Edición Regional. Recuperado el 20 de 02 de 2017, de Bastón verde esperanza: <http://www.elentrerios.com/andrea-cattani/bastan-verde-esperanza.htm>
 Locke, J. (28 de 06 de 2010). John locke Empirismo (II).(I). Recuperado el 15 de 03 de 2017, de Mycroftblog: <http://mycroftblog.blogspot.com.co/2010/06/john-locke-empirismo-ii.html>.

LA ARQUITECTURA NARCISISTA: LA NEGACIÓN AL SENTIMIENTO Y LA AUSENCIA DE LÍMITES.

M.C. KÁTERI SAMANTHA HERNÁNDEZ PÉREZ.

ARQ.KATSAM@OUTLOOK.COM

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE NUEVO LEÓN.

RESUMEN

Vivimos en una sociedad rodeada de símbolos, imágenes, y estímulos. La arquitectura es parte de este conjunto de estímulos diarios; esta se define a sí misma como el arte y técnica de proyectar y construir edificios, que permiten modificar el ambiente físico, para satisfacer las necesidades del ser humano.

Sin embargo, ¿Esta pauta se cumple integralmente?, es sabido que la arquitectura refleja el pensamiento de las personas que viven en determinada época, pareciera que la arquitectura actual no es partidaria ni de los sentimientos, ni del racionalismo, sino que surge de un deseo de poder ciego ante la realidad de la destrucción de los recursos naturales y la insensibilización de la sociedad.

Cuando la riqueza material está por encima de la humana, la notoriedad despierta más admiración que la dignidad y el éxito es más importante que el respeto a uno mismo, entonces la propia cultura está sobrevalorando la «imagen» y hay que considerarla como narcisista. El individuo moldea la cultura según su propia imagen y la cultura moldea a su vez al individuo (Lowen, 2014, pág. 3).

Mediante una metodología de investigación teórica fundamentada, con orientación analítica descriptiva de la conducta narcisista, se aluden los estudios desarrollados por Alexander Lowen (1910 – 2008), ex-

plorando la correlación de la conducta humana con la arquitectura contemporánea.

El objetivo es encontrar las causas que provocan la creciente estandarización de los espacios arquitectónicos insalubres, pretendiendo explicar este fenómeno del narcisismo en la construcción, para la comprensión y el dominio del entorno social.

Dado que el organismo humano es una unidad dinámica, las funciones desarrolladas en él, ya sean somáticas o psíquicas, en respuesta a estímulos internos o externos afectan la energía vital, y esta tiende a disminuir o aumentarse por los mecanismos o trastornos, esto se traduce en términos de calidad de vida.

PALABRAS CLAVES

Narcisismo, Arquitectura, Sociedad, Cultura.

ABSTRACT

We live in a society surrounded by symbols, images, and stimuli. Architecture is part of this set of daily stimuli; it defines itself as the art and technique of projecting and constructing buildings, which allow modifying the physical environment, to satisfy the needs of the human being.

However, is this guide fully fulfilled? It is well known that architecture reflects the thinking of people who live in a certain epoch, it seems that current architecture is not in favor of feelings or rationalism, but arises from a desire to blinded power, Don't see the reality of the destruction of natural resources and the desensitization of society.

When material wealth is above the human, notoriety awakens more admiration than dignity and success is

more important than respect for oneself, then one's culture is overestimating the "image" and must be considered as narcissistic. The individual molds the culture according to its own image and the culture shapes the individual in turn (Lowen, 2014, page 3).

Through a methodology of grounded theoretical research, with descriptive analytical orientation of narcissistic behavior, the studies developed by Alexander Lowen (1910 - 2008) are alluded to, exploring the correlation of human behavior with contemporary architecture.

The objective is to find the causes that the increasing standardization of unhealthy architectural spaces, trying to explain this phenomenon of narcissism in construction, for the understanding and control of the social environment.

Since the human organism is a dynamic unit, the functions developed in it, whether somatic or psychic, in response to internal or external stimuli affect the vital energy, and this tends to decrease or increase by mechanisms or disorders, this translates in terms of quality of life.

KEYWORDS

Narcissism, Architecture, Society, Culture.

INTRODUCCIÓN

La OMS define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social; no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (OMS, 2017).

La gente frecuentemente habla de frialdad emocional, de vacío interior, de una profunda sensación de frustración, de falta de realización personal y muchos casos de depresión. En México una de cada tres personas mayores de siete años se ha sentido deprimida

al menos una vez en su vida, según el INEGI hay 33 millones de ellas que se siente deprimidas a diario, mientras que 4.6 millones se sienten así una vez por semana. Los Estados de la República Mexicana que muestran mayor porcentaje de población con depresión son: Zacatecas con un 52.3%, Durango con un 44.4%, Veracruz 43.4%, Ciudad de México 42.3% y Nuevo León 42% (INEGI I. , 2014).

Si nos referimos a los datos recopilados en el BIARE (Bienestar Autorreportado) en relación al nivel de satisfacción de los estados anteriores de la República Mexicana se obtiene que los factores que producen más insatisfacción son: la vida en general, el estándar o nivel de vida, la disponibilidad del tiempo libre, la vivienda, la seguridad, el vecindario, la ciudad o la localidad y el país. (INEGI I. N., 2014).

Analizando los datos se encuentra una paradoja al comparar el aumento de la depresión en el país (INEGI I. , 2014), el consumo de bebidas embriagantes y tabaco (INEGI & SEGOB, Encuesta de cohesión social para la prevención de la violencia y la delincuencia, 2015), el uso de drogas y el aumento de la violencia (INEGI I. , 2016), y la falta de contacto con los familiares dentro del hogar (INEGI I. , 2016); con los datos obtenidos aquí y lo que ellos mismos afirman dentro de las redes sociales, donde describen su felicidad, la realización y ganas de vivir sin límites, se percibe: la negación de la realidad, la negación de sus sentimientos y la creación de una imagen que no coincide con el dilema interior, una automentira.

La arquitectura funge como pieza clave para entender las emociones, y la sociedad. Como declaró para una entrevista en Barcelona (Zabalbeascoa, 2006) el arquitecto finlandés Juhani Pallasmaa: “La arquitectura de hoy no es para la gente, la arquitectura se ha convertido en un arte visual, por definición, la visión te excluye de lo que estás viendo”. Es poca la utilidad y la comodidad que realmente se tiene, es decir, es

sólo imagen.

La percepción de nuestro entorno es una actividad fundamental y ese papel le corresponde a la conciencia, que mayormente está sujeta al control del ego (Lowen, define al ego como las defensas que aparecen en el curso de la vida, estructuradas en capas: negación, proyección, reproche, desconfianza, racionalizaciones) que intrincadamente se encuentran inmiscuidos en los mecanismos de defensa y el carácter del ser humano, ellos son:

1. El ego que representa una parte y es la más externa de la personalidad.
2. La capa muscular donde están las tensiones musculares crónicas que apoyan y justifican las defensas del ego y al mismo tiempo protege al individuo contra la capa interior de sentimientos reprimidos que no se atreve a expresar.
3. La capa emocional de sentimiento, contenedora de las emociones reprimidas de ira, pánico o terror, desesperación, tristeza, dolor, entre otros.
4. El centro o corazón del cual emana el sentimiento de amar y ser amado.

Entonces existe una relación entre la percepción, el pensamiento, la conciencia, la verdad y la belleza. Se perciben aquellas cosas que son de interés ignorando las demás. La focalización es deliberada en determinados objetos o situaciones al querer notarlos. Por el mismo proceso, se decide ver o ignorar. A menudo ésta es una decisión subliminal, al margen de la conciencia. Pero, ¿hasta dónde esta acción de negación es sana?

Al principio esta percepción selectiva funciona para no ver aquellos problemas de apariencia irresoluble, porque podrían ser intolerables, causar estrés, dolor, representando una amenaza para la salud mental, en otras palabras, se bloquean o niegan ciertos aspectos de la realidad a modo de autodefensa. Sin embargo,

esta negación implica un reconocimiento previo de la situación, por tanto en un inicio es consiente, no obstante, al utilizarlo como un recurso frecuente se torna inconsciente, ya que está insertado el deseo de evasión de esa incomodidad, posteriormente tal situación seguirá allí, pero la persona dejará de percibir lo desagradable que es, y en su lugar creará una imagen de una situación feliz o agradable, que le permite seguir, aunque sea falsa.

A lo descrito anteriormente se le llama ego disociado de los sentimientos corporales, es similar en algunos aspectos a la disociación de la realidad que se produce en la esquizofrenia, aunque en un grado mucho menor (Lowen, 2014, pág. 58)

Este tipo de enfermedad destacaría a un individuo que ha perdido la relación con la realidad de su medio cultural. Como los sentimientos son básicos en la vida humana, omitirlos es un síntoma de este padecimiento. La frialdad emocional es el trastorno principal que caracteriza a la personalidad narcisista. Se trata de una función corpórea, no de un proceso mental.

Una persona no estará en contacto con la realidad de su ser en la medida en que su identidad se base en una imagen. Aunque pueda parecer orientada y plenamente conectada con la realidad en todos los demás aspectos, habrá una línea de ruptura en su personalidad —por muy fina que sea esta línea— que constituirá una cierta tendencia a la locura. A medida que el grado de narcisismo aumente, la brecha se ensanchará, aunque continuará bajo la superficie y seguirá siendo fácil ocultarla. (Lowen, 2014, pág. 178)

Hay algo de locura en una pauta de conducta que sitúa el logro del éxito por encima de amar y ser amado. Hay algo de locura en una persona que no conecta con la realidad de su propio ser —su cuerpo y los sentimientos que se derivan de éste—. Y hay también algo de locura en una cultura que contamina el aire,

el agua y la tierra, en aras de alcanzar un nivel de vida «más alto». Pero ¿puede la cultura estar enferma? (Lowen, 2014, pág. 4).

El mito de narciso.

Cuenta la historia de Narciso un hijo del dios Boecio del río Cefiso y Liriope, una ninfa acuática. El vidente Tiresias había hecho la predicción de que viviría muchos años, siempre y cuando no se viese a sí mismo. A los 16 años Narciso era un joven atractivo, que despertaba la admiración de hombres y mujeres. Por ello ignoraba a los demás por no compararse con él.

La ninfa Eco, tenía una característica extraña, porque Hera, la esposa de Zeus, había privado del habla a Eco, ella tan sólo podía repetir las sílabas de las palabras que oía. Incapaz de expresarle su amor a Narciso, éste la rechazó cruelmente, tras lo cual la joven murió de tristeza, su cuerpo se marchitó, y sus huesos se transformaron en piedra, pero su voz quedó intacta.

Narciso no sólo rechazó a Eco, sino que a su paso dejaba muchas desechadas, y una de ellas quiso darle una lección al joven, para que supiese lo que era el dolor de un amor no correspondido. Y así fue, un día de verano Narciso, se detuvo a descansar, después de una ardua mañana de caza, se sentó a lado de un lago de superficie cristalina, y entonces vio su propia imagen reflejada en el agua, quedando fascinado. Tanto fue su admiración, que se enamoró profundamente de su reflejo, a tal punto que no quiso alejarse de ese lugar, además, enloqueció, dejó de comer y de dormir, por el sufrimiento de no tener a su amor ideal, él mismo.

El joven murió con el corazón roto, incapaz de amar a otros, únicamente a la imagen de su reflejo, e incluso en el reino de los muertos siguió hechizado por su propia imagen, a la que admiraba en las negras aguas

de la laguna Estigia (Mitos y Leyendas, 2013) .

El narcisismo.

Desde una perspectiva cultural Lowen (2014) entiende al narcisismo como una pérdida de valores, donde hay una ausencia de interés por el entorno, por la calidad de vida, por las demás personas. Una colectividad que no escatima en hacer daño a su medio natural para conseguir dinero y poder, no tiene sensibilidad para las necesidades humanas.

El carácter narcisista se reconoce por:

- 1.La falta de humanidad, no le preocupa la tragedia que puede traer un desastre ecológico.
- 2.Actitud auto destructiva.
- 3.Denota un grado de irrealidad entre el individuo y la cultura. (Desorientación espacio-temporal).
- 4.Niega los sentimientos propios y de los demás.
- 5.La falta de realismo no es un mero rasgo neurótico, sino que alcanza el umbral de lo psicótico.
- 6.Sus actividades van dirigidas a potenciar su imagen.
- 7.Ausencia de límites.

Haciendo alusión al primer punto, es una aseveración que vivimos en una arquitectura promotora del narcisismo, una enfermedad tanto psicológica como cultural, que reside en el entorno vivencial. Se encuentran diversas mezclas entre ambición desmedida, fantasías de grandeza, sentimientos de inferioridad y excesiva dependencia de la admiración, así como la aclamación externa. La explotación consciente o inconsciente de los demás (ver imagen 01) y la crueldad hacia las otras personas (Kernberg, 1975, pág. 264). Esa conducta autodestructiva es la muestra fáctica de la locura en la sociedad.



Imagen 01. Estado de las montañas que rodean a la Ciudad de Monterrey, Nuevo León, México (Fuente: Facebook de Jürgen Klaric en su visita a la ciudad en el 2017).

La gente no quiere tener menos que los demás, y su autoestima sufre si no pueden estar a la altura de sus vecinos, una competitividad enfermiza que los medios de comunicación nos instituyen en el pensamiento, el deseo es la fuerza que alimenta la cultura narcisista, y ésta a su vez le roba a la vida de la gente sentido y dignidad, además de crear individuos narcisistas (Lowen, 2014, pág. 175) .

Hay demasiados coches, se pasan largas horas en el tráfico, y se nota en la mirada de las personas la ausencia de alma. Hay muchos televisores, computadoras, tantos productos, el ruido es constante, el movimiento es continuo, demasiada actividad, una saturación de estímulos fuera de lo corriente.

Así en la construcción, al principio todos los volúmenes, anuncios espectaculares, espacios con climas artificiales, las paredes, las texturas y colores pueden ser estimulantes, para después convertirse en una molestia, La suficiente como para volver a más de una persona loca.

Se pierde el conocimiento de sí mismo, como ser un que siente, que requiere horas de descanso en su vivienda, en un trabajo donde pueda desempeñarse con dignidad. Hay un precio que se paga por esta adaptación al ritmo de la calle: la barrera que hemos erigido como escudo para protegernos del exceso de estímulos. Se olvida lo básico de la hegemonía de respirar plena y profundamente, de comer con apetito, de dormir cuando se está cansado.

Esto incita a tratar a otros como un objeto sin importancia, como en el dilema de quién fue primero si el huevo o la gallina, así es tratar de averiguar cuando se enquistó el narcisismo, pero un cambio significativo inició después de la Primera Guerra Mundial, donde se buscó priorizar el negocio antes que el placer, las ventas antes que la calidad de vida.

Entonces, si se dice que se está inmerso en una arquitectura narcisista, ¿Las personas se adaptan?, la respuesta es que sí, ya que se aprende la necesidad de proyectar una imagen, y esto fuerza a la persona a obstruir el paso a la conciencia de cualquier sentimiento que pueda entrar en conflicto con su imagen. Acostumbrados a ver tanto la miseria que parece normal, en todas partes son visibles esas diferencias entre personas que parecen valer más que otras, que deja de parecer importante y se pasa a centrarse en la imagen. Admitir es algo incómodo, porque pone en duda la propia identidad. ¿Cómo decir que el lugar donde se vive es horrible?

Sin embargo, reprimir las necesidades, conlleva a transformarla en agresividad, así como las suntuosas fachadas esconden la ineficacia de un espacio, la falsa imagen de satisfacción de las personas se encuentra en superficie, como el yo que se presenta ante el mundo, que está muy lejos de lo real.

Entonces, ¿somos todos unos narcisistas? ¿Significa esto que el narcisismo es un aspecto normal de la per-

sonalidad humana? No. En mi opinión, el narcisismo es un estado patológico. Yo hago una distinción entre la sana preocupación por el aspecto físico, basada en un sentido del yo, y el desplazamiento de la identidad desde el yo hasta la imagen, que es característico de un estado narcisista. Esta visión del narcisismo coincide con el mito clásico de Narciso (Lowen, 2014, pág. 29).

¿Cuán grave es este trastorno en nuestra sociedad? La situación está directamente proporcional al grado de incoherencia, cuando se omite que el exterior se percibe a través de nuestros sentimientos corporales. Si se niegan, se priva a las personas o auto reprime el bienestar o el confort, se acorta la relación que a través de los sentimientos nos mantiene con el mundo. Ante eso, mental y físicamente la confusión sólo se evita negando el cuerpo y sus sentimientos.

Por enseñanza mediáticas y muchas meramente jactanciosas se cree que el potencial humano es ilimitado, que con la ciencia y la tecnología se podrá prometer un futuro libre de las limitaciones naturales de los antecesores, sin estructura, pero sin límites no hay sentido ni orden, se sigue promoviendo la irrealidad. Esta fantasía es una verdadera amenaza a la cordura de las personas, no será el héroe que tanto se venera en las películas, Lowen (2014) menciona que se está en una nueva Edad Oscura, porque no saben distinguir entre lo que trae orden o caos.

La búsqueda de un estatus, jerarquiza a las personas; estas definidas por el alcance de dominio, debilitan a la ciudad, vulnerando a sus habitantes, que también se rige por este concepto. Los edificios son demostraciones mayormente de poder, de opulencia, que al momento de ser diseñados no se piensa directamente si serán cómodos para el usuario, o qué impacto ambiental tendrán.

Somos conscientes de la contaminación del entorno y

de la explotación de la naturaleza. Nos damos cuenta de que las presiones de la vida moderna no nos dejan tiempo para sencillamente existir: respirar, sentir, contemplar; las noticias acerca de crímenes, violaciones y casos de corrupción nos recuerdan constantemente que la sociedad ha perdido sus valores morales (Lowen, 2014, pág. 156).

Existen leyes que regulan el uso de los recursos, que surgieron del uso desmedido, del abuso, y explotación, pero muchas de ellas orientadas a favorecer a ciertos círculos sociales, a limitar a unos y enriquecer a otros. Estos cambios en nuestra sociedad se dieron paulatinamente, yendo incluso en contra de nuestra propia naturaleza, opuesto a la necesidad de la preservación de la vida. Lowen (2014) señala que somos los únicos animales que niegan sus sentimientos y necesidades para ir en pos del poder.

En una sociedad que llama a los límites como prohibiciones innecesarias del potencial humano. La supremacía, el rendimiento y la productividad se han convertido en los valores dominantes, y han desplazado a virtudes “arcaicas”: la dignidad, la integridad y el respeto a uno mismo (Lowen, 2014).

Las construcciones son claras expresiones de esta ideología, definen la cultura, los prejuicios, por lo tanto es trasmisor de un lenguaje tangible y no tangible para el hombre. Incitando a la superioridad, a la formación monstruos: desesperados, resignados, agresivos, y crueles; espejos de vidas vacías, frustradas y contraproducentes. Una mezcla entre un cuerpo muerto, hambriento de sensaciones, es decir, hedonismo, típica de la cultura narcisista (Lowen, 2014)

¿Por qué se niega la realidad?, por la voluntad de vivir sin dolor, resultando la negación un impedimento para la plenitud vital, entrando en un dilema humano. La única escapatoria que le dan a este dilema es recurrir a la agresividad como medio para alcanzar

la realización, (Lowen, 2014) pese a lo notorio del horror, de la sensación de conmoción, y un generalizado entumecimiento de los sentimientos: la cara de la irrealidad.

Pero, ¿hay que preocuparse por la disociación de la realidad?, sí, porque crea en el cuerpo una divergencia entre las funciones perceptivas de la mente y las funciones sensoriales del cuerpo. Como ya se mencionó antes, hacer algo frecuentemente se transforma en hábito, entonces, será parte de la personalidad. Vivir en un mundo divorciado, donde mostrar lo que verdaderamente se siente será vinculado a la locura, y el llamado mecanismo de negación servirá a la sociedad narcisista para reafirmar su comportamiento compulsivo y aumentar su fuerza perversa destructora de ciudades.

El sentimiento de enajenación puede ser terrorífico. La alegría nos puede desbordar, pero la pena también. Como se ha perdido el contacto con la realidad, no existe un sentido de la proporción (Lowen, 2014, pág. 145)

Negar la desesperación de estar en un espacio tan reducido e insalubre crea una situación de estrés para el organismo que gradualmente va extinguiendo sus reservas de energía. Para ellos la evasión en actividades que desenfocan su atención del problema es necesaria, ya que mantienen una aparente fachada de optimismo. Sin embargo, cuando finalmente se llega al agotamiento, y lentamente rinden su vida. Ese es un proceso inconsciente (Lowen, 1980).

Henry E. Sigerist (1987) presenta la idea de que la enfermedad y la cultura están vinculadas, cada época tiene su dolencia que la describe, y éstas se desarrollan por las características y estructura de esa época.

Vivir en entornos de pobreza, el hacinamiento, una nutrición deficiente, la falta de aire fresco y de ejerci-

cio y la fatiga contribuyen a agotar la energía de una persona y a volverla impotente para hacer frente a la infección. Sin embargo, si el estrés vital se vuelve insoportable, el factor que en mayor medida determina que la enfermedad se desarrolle es la actitud caracterológica (Lowen, 2014, pág. 29)

Un ejemplo importante de las emociones en la salud, es descrita por Wilhelm Reich (1995), donde sugiere que el terreno que se desarrolla el cáncer es la desesperación, el proceso de la enfermedad da inicio como una contracción de la energía vital en el cuerpo, y las células cancerosas son un producto de la desintegración del tejido normal. Si la esperanza se pierde o cede, la desesperación se convierte en resignación, que es igual abandonarse a la muerte.

El mundo irreal de las imágenes delega al mundo real de los sentimientos y las necesidades personales. Desatando tendencias escapista tales como: Vicio de la Tv o internet, el consumo de alcohol, el tabaco, las drogas, el crimen, la corrupción, la lascivia y el suicidio.

El uso del internet y la televisión es tan popular por que permite a la gente escapar de sí misma. Se pueden observar viviendas carentes de muchas cosas (falta de repellido en paredes interiores o exteriores, sin pintura, precarias instalaciones de agua y de drenaje, entre otras) donde no falta un aparato de estos y la falta de ellos lleva a la ansiedad (ver imagen 02).

En México hay 127,540,423 de habitantes, donde datos del INEGI (2016) señalan que el 68.5 % es usuaria de Internet, el 73.6 % cuentan con un teléfono inteligente y el 16.1% adquirieron tv de paga. Estar conectado a estos medios produce un fenómeno regresivo, donde el individuo que está frente a la pantalla está pasivo y entretenido como un bebé, no ejercita la imaginación, no profundiza en la comprensión de las cosas ni tampoco en avance alguno de la realidad,

es decir, un efecto depresor en el cuerpo, la pérdida de vida. Por lo que se cae en un círculo vicioso: necesidad de más estimulación, y ésta a su vez produce más inercia, que produce más deseo de estímulos, y así (Lowen, 2014).



Imagen 02. Vivienda Unifamiliar, ubicada en colonia Gloria Mendiola, Monterrey, Nuevo León, México (Fuente: google maps).

Esta forma de escapismo, donde las imágenes y las historias de la pantalla son absorbentes, se aúna a los factores que propician la pérdida de contacto con las necesidades y las responsabilidades relacionadas con las situaciones de la vida. ¿Quién desea ser totalmente consiente que es marginado en la sociedad, que está siendo manipulado mediáticamente?, es una verdad que duele demasiado.

Otro ejemplo es el aumento del consumo de alcohol (INEGI & SEGOB, Encuesta de cohesión social para la prevención de la violencia y la delincuencia, 2015), el que padece de alcoholismo se le compara al suicida, ya que el este problema tiene raíz en el intento de escapar de una realidad intolerable, de dolor, de ansiedad o de frustración. El alcohólico queda insensibilizado bajo los efectos de estas sustancias que le dan un alivio momentáneo, pese que la vuelta a la lucidez resultará más dolorosa que antes. Se distingue

más la locura en nuestra sociedad, porque promueve el uso de drogas, no obstante, suena menos descabellado cuando te das cuenta que con éstas, el adicto perderá el contacto con su contexto excluyente, este creado por la sociedad narcisista, a la que sólo le importa el aparentar estar bien por medio de imágenes. Existe una correlación del pensamiento y las emociones; por medio de los sentidos se percibe los estímulos que producen un proceso introyectivo. Por un lado imperan imágenes, símbolos, espacios, lugares (hablando específicamente en este caso en el ámbito arquitectónico y de diseño) que proporcionan estímulos positivos que permitirán la respiración, el movimiento y la sensación sana; elevar nivel psíquico. Por otro lado en su mayoría hay impresiones enfermas en contacto frecuente con el individuo.

En las imágenes 03 y 04, son viviendas ubicadas en la misma loma, pero divididas con una línea imaginaria: el lado noreste y sureste, es fácil notar el mensaje social; “la marginación, status, la desigualdad, irrealidad” que traducido por la función adaptativa humana (mecanismo de defensa), desencadenaría en conflictos psicológicos en ambos bandos como: narcisismo, sadismo y masoquismo social, ausencia de límites, depresión, estrés, entre otros.



Imagen 03. Conjunto habitacional, ubicada Colonia Independencia, Monterrey, Nuevo León, México (Fuente: google maps).



Imagen 04. Conjunto habitacional, ubicada Col. Residencial Santa Bárbara, Monterrey, Nuevo León, México. Fuente: google maps).

Una ciudad que es hostil, intolerante, limitativa a conveniencia, manipuladora, egocéntrica, que aísla; sería difícil que pueda generar personas empáticas, saludables, hospitalarias, que se integren en una sociedad en pro de la mejora. Sino que habría una parte de la población más propensa a padecer enfermedades somáticas, mientras que otros a enfermedades mentales, están pueden verse como una reacción a un estrés constante que se vuelve distrés.

La enfermedad surge como el intento del cuerpo por recobrar su integridad después de alguna lesión (distrés), provocada por varios factores, y considero que uno de ellos muy importante es el entorno, el espacio habitado, donde se transcurre más tiempo. Harold George Wolff (2012) describe el estrés como un estado corporal que se traduce en un síndrome manifestado en cambios no específicos inducidos en un sistema biológico.

El estrés continuo, y no superado, se transforma en un distrés, porque está sometido un aparente control de los sentimientos, esta situación requiere más energía de la que puede disponer el cuerpo, agotándolo, lo lleva desde enfermedades leves a graves, depen-

diendo del agente causante y de la forma en que la persona se enfrenta a él, además, de la predisposición generacional (Lowen, 2014).

Existe comercialmente una promesa de una arquitectura generosa, con mayor vinculación a la naturaleza, con el uso racional de los recursos, con plusvalía, que conjuntamente proporcionarían confort, declaran: -si estás en esta vivienda serás una persona con más poder, si te encuentras en tal ubicación, te convertirás en una persona de élite, y serás feliz-. Esto sirve como cebo seductor para aquel individuo con necesidades de sentirse reconocido, tener placer y plenitud. La virtud de la verdadera arquitectura reside en su interior, junto a la humanidad de las personas, no junto a su imagen. Lo que hace a la arquitectura más humana, es una calidad de vida digna, no únicamente la apariencia de un estilo de vida.

Pero, cuando una persona basa su identidad en un estilo de vida, ¿no está confundiendo la creación con el creador, la casa con el que la habita, la fachada con el yo que siente? Una casa sin alguien que viva en ella no es un hogar, un estilo de vida sin un yo no es una persona (Lowen, 2014, pág. 187).

Trágicamente, la arquitectura es símbolo de estatus, a lo que la gente da una importancia exagerada. Quizás la pregunta es ahora, ¿Por qué si vemos esta situación seguimos moviéndonos sobre ese mismo eje narcisista, por qué no salir? La respuesta está en un principio llamado el principio de la realidad, este asevera que una persona prescindirá de su comodidad y tolerará el dolor si cree que dicho comportamiento lo llevará a un placer mayor o a evitar este mismo en un futuro. Debido a esto, es que la gente no siempre se alejará de las situaciones o espacios estresantes, dolorosos e incómodos. Este discurso es tan poderoso que incitará a muchos a renunciar a su dignidad, a decidir entre el narcisismo o la exclusión de la sociedad (ver imagen 05).



Imagen 05. Zona Noroeste del Área Metropolitana, Nuevo León, México (Fuente: google maps).

CONCLUSIÓN

El mensaje de nuestro entorno es determinante: -no encajas en este lugar, hay personas que valen más que tú-. Y en la búsqueda de identidad, de aprobación; sólo queda la pérdida del yo, porque la sociedad te inculca que si quieres vivir bien, tienes que olvidarte de ti, de lo que sientes, para luchar por obtener la imagen de la sociedad perfecta.

El estilo de vida actual demanda ser menos humano, donde no importa que el consumismo destruya tu entorno y que por ende la vida propia, cuya irrealidad cultural es la fuente del desapego, de la frialdad con otros, donde todo esfuerzo hasta la muerte no sea para realizarte pleno, sino para mantener esa imagen, que es el narcisismo.

El narcisismo de nuestra época funge como constructor social de muchas enfermedades, porque no crea, diseña o construye para el bien común, sino para cumplir las grandes exigencias “producir, conseguir, lograr y vender”, No le preocupa si el producto que vende ayuda o perjudica a su consumidor, mientras que para él tenga una ganancia monetaria, los demás

no importan. El narcisista es contagioso, drena de otros la energía de vivir y también la propia. No puede darse tiempo para los sentimientos a las personas que por un lado se le exige tener poder, éxito y fama, y por otro lado se le niega sus necesidades básicas la respiración, el movimiento y la sensación sana.

Víctimas o victimarios de una sociedad que se está volviendo loca. Si el mundo fuera más empático, menos egoísta, menos superficial, la sociedad cambiaría. Aunque sólo una persona lo hiciera, no todo estaría perdido. Por un lado cada aspecto en nuestro entorno: visual, auditivo, táctil, olfativo y gustativo nos recuerdan que nada será suficiente para encajar, entre respiraciones cortas, y espacios tan limitados, el cuerpo pierde su libertad, restringiendo la vida, reprimiendo la expresión de la personalidad, dejándose morir de forma agonizante. Luchar para alcanzar la propia humanidad, es concientizarse del problema y a través de esta batalla, reconocer y tener sensaciones positivas, vivir la importancia de la dignidad y del respeto a uno mismo y hacia los demás, en todo lo que se hace; la arquitectura es parte de ese todo.

REFERENCIAS

- CU, C. (Enero de 2018). Cambridge Dictionary. Obtenido de <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english-spanish/distress>
- INEGI, I. (2014). INEGI. Obtenido de <http://www.beta.inegi.org.mx/temas/salud/>
- INEGI, I. (2016). Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública. México: INEGI. Recuperado el 17 de 05 de 03, de <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/regulares/envipe/2016/>
- INEGI, I. (2016). Estadísticas a propósito por el día internacional del internet. México: INEGI. Obtenido de http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2017/internet2017_Nal.pdf
- INEGI, I. (2016). Estadísticas con el próposito del día internacional de la juventud (15 a 19 años). Aguas Calientes: INEGI. Obtenido de http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2016/juventud2016_0.pdf
- INEGI, I. N. (2014). INEGI. Recuperado el 2017 de 05 de 03, de <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/investigacion/experimentales/bienestar/default.aspx>
- INEGI, I., & SEGOB, S. (2015). Encuesta de cohesión social para la prevención de la violencia y la delincuencia. Aguascalientes: INEGI. Recuperado el 04-05-2017, de http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/boletines/2015/especiales/especiales2015_08_9.pdf
- Kernberg, O. (1975). Borderline Conditions and Pathofogical Narcissism. Nueva York: Jason Aronson.
- Lowen, A. (1980). Miedo a la Vida. Buenos Aires: Era Naciente SRL.
- Lowen, A. (2012). The Betrayal of the Body. United States: The Alexander Lowen Foundation.
- Lowen, A. (2014). El Narcisismo: la enfermedad de nuestro tiempo. Argentina: Paidós.
- Lowen, A. (2014). La voz de cuerpo. España: Sirio.
- Mitos y Leyendas. (2013). Mitos y leyendas. Obtenido de <http://mitosyleyendascr.com/mitologia-griega/narciso/>
- OMS, O. (2017). Preámbulo de la Constitución de la

Organización Mundial de la Salud. Official Records of the World Health Organization N°2. Nueva York.

-RAE, D. (Enero de 2018). Real Academia Española. Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=M003aFf>

-Sigerist, H. E. (1987). Civilización y enfermedad. México: Fondo de Cultura Económica (FCE).

-Wilhelm, R. (1995). Análisis del Carácter. Buenos Aires: Paidós.

-Wolff, H. G. (2012). Stress and Disease: American Lecture series. USA: Literary Licensing.

-Zabalbeascoa, A. (2006). El País. Obtenido de https://elpais.com/diario/2006/08/12/babe-lia/1155337575_850215.html

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN APLICADOS EN PROYECTOS DE DISEÑO PARA LA SALUD.

METHODS AND RESEARCH TECHNIQUES APPLIED IN HEALTH DESIGN PROJECTS.

MDI. MARTA NYDIA MOLINA GONZÁLEZ
DRA. LILIANA BEATRIZ SOSA COMPEÁN
MDP. LAURA SÁENZ BELMONTE

RESUMEN

La motivación de este proyecto consistió en la aplicación de diversas técnicas y metodologías no utilizadas con anterioridad por el grupo, una de ellas es el: design thinking, la cual se enfoca principalmente en el usuario y su interacción constructiva, es decir, en el relato de las experiencias, el desarrollo de storytelling y mapas de empatía, entre otras. La problemática: en cursos inter-semestrales hay falta de tiempo para el estudio del problema a fondo, su análisis, observación, propuesta de valor y reflexión sobre desarrollo de proyectos. Se generó impacto en el desarrollo de ideas de manera fluida, la generación de empatía, el trabajo en equipo, se promovió lo lúdico, tanto en las fases de análisis como en la parte creativa. Así también este proyecto fue abordado por varias disciplinas como la medicina, la biotecnología y la mecatrónica, lo cual enriqueció la información para los estudiantes quienes tuvieron asesoría directa de profesionistas de instituciones en vinculación con la nuestra dentro de la UANL. El objetivo principal: solucionar una problemática en el campo de la salud por medio del diseño centrado en el usuario: diseño universal o diseño para todos, en un periodo intersemestral o curso de verano de tiempo restringido. El método: una combinación de metodologías y sus técnicas adaptadas a cada caso. Como resultado se obtuvieron productos