

## Autolesiones de Guardiola

● Hace unos días, Pep Guardiola, entrenador del Manchester City, apareció con autolesiones visibles en su rostro, en el contexto de una mala racha futbolística. No es la intención de esta carta juzgar al entrenador, sino visibilizar una problemática de salud mental que nos preocupa y muy especialmente en vísperas de fin de año.

El filósofo Byung Chul-Han propone el fenómeno de la autoexplotación del ser humano como expresión de la sociedad del rendimiento en la que vivimos. Sociedad en la que el hombre se cree libre, dueño de sí mismo y de un poder sin límites (¿nos creemos dioses?).

Entre la autoexplotación y las autolesiones, el camino puede ser corto.

El acto de autoagredirse intenta exteriorizar un dolor interior, una emoción insoportable, llevándola al cuerpo, al exterior, buscando cierto alivio momentáneo. Las autoagresiones responden a factores intrapersonales, como emociones perturbadoras intensas, la dificultad para regularlas y conflictos internos, así como a factores interpersonales como el estilo de crianza, las relaciones de apego, la influencia de pares y la red de apoyo.

No olvidemos visibilizar factores contextuales como la sociedad del rendimiento, que se traduce en la obsesión con la productividad y el éxito. En el exigente fin de año, pongamos atención a dichos factores, que pueden aumentar la tendencia a las autolesiones y otros síntomas en toda la población.

---

*Josefina Díaz Passadore,  
Universidad Finis Terrae*

---