



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES



“Desnudando el Alma”

Una mirada cultural a la fotografía erótica y la autoestima de la mujer.

OBRA ARTÍSTICA

Que para optar por el título

LICENCIADO EN COMUNICACIÓN

PRESENTA:

Gerardo Sánchez García

DIRECTORA:

Dra. Martha Isabel Ángeles Constantino

Toluca, México. Octubre 2019

ÍNDICE

Contenido	
RESUMEN.....	2
PRESENTACIÓN.....	4
I.- RECORRIDO HISTÓRICO ACERCA DEL INICIO DE LA FOTOGRAFÍA ERÓTICA	9
I.I.- Principios de la fotografía erótica.....	12
I.II.- La Fotografía erótica encuentra su camino.	15
II.- APROXIMACIÓN CONCEPTUAL A LA FOTOGRAFÍA ERÓTICA Y LA AUTOESTIMA	22
II.I.- Erotismo	22
II.II.- La Belleza.....	25
II.III. - Autoestima	27
III.- LA SOCIEDAD ANTE LA DESNUDEZ EN LA FOTOGRAFÍA.....	28
III.I.-Exhibicionismo vs. pudor	32
III.II.- Desnudez y erotismo en los medios audiovisuales	33
III.III.- Doble moral.....	36
III.IV.-Las Redes Sociales y el desnudismo	38
IV.-METODOLOGÍA	44
IV.I.- La metodología del fotógrafo	47
V.- AUTOESTIMA DE LA MUJER Y LA FOTOGRAFÍA.....	53
VI.- Desnudando el Alma.....	61
FOTOGRAFÍAS	66
CONCLUSIONES.....	102
Trabajos citados	112

RESUMEN

El erotismo nos atrae a todos, aunque algunos se esfuercen por negar la evidencia y por seguir haciendo de él un tema tabú. En este ensayo se hizo una pequeña retrospectiva de la fotografía erótica que ha hecho de la figura humana su inspiración y del desnudo imágenes tan bellas como sugerentes, logrando acercarnos a “conocer lo prohibido”.

El principal objetivo de este ensayo fotográfico es analizar a través de la fotografía como viven la desnudez las mujeres, así como el impacto de la misma en la conformación de la autoestima de ellas en nuestra sociedad, la aceptación personal que tienen a partir de su cuerpo sin ropa en la cotidianidad y saber si las mujeres aceptan su cuerpo tal y como es al verse fotografiadas con poca ropa o desnudas. La no aceptación y la connotación sexual de la propia desnudez fomenta, en la cultura occidental, una actitud racista y prejuiciosa que realza el contraste entre "la civilización vestida" y "el salvaje desnudo".

Así como comprender a su vez el por qué la sociedad tiene distintos puntos de vista sobre la desnudez femenina especialmente. Originalmente se tomarían a treinta mujeres, una por cada foto, para este ensayo. Pero no todas las mujeres están dispuestas a hacer este tipo de fotografía por miedo a la sociedad o miedo a verse a sí mismas en esa situación. Por eso mismo se trata de mostrar en este ensayo como sería la vida

cotidiana de las mujeres si pudieran estar desnudas y libres de todo prejuicio para así también entender cómo se verían ellas mismas haciendo una introspectiva y mostrando ese mejoramiento de autoestima. Por lo que se tomaron como objeto de estudio a nueve mujeres a través de una convocatoria en redes sociales evitando solicitar algún tipo de complejión corporal para participar en las tomas fotográficas y entender cómo se aceptan a ellas mismas así teniendo la conexión Tema-Sujeto entre las fotografías y las modelos retratadas a través de un cuestionario aplicado al mostrarles las fotografías y la observación participante durante la sesión fotográfica.

Conceptos clave: Erotismo, desnudez, fotografía, autoestima, mujeres, sociedad

PRESENTACIÓN

¿Por qué fotografiar el erotismo?

La fotografía erótica ha tenido un crecimiento popular desde el siglo pasado entre los fotógrafos, tales como David Bellemere, Man Ray, Miguel Ángel Manriquez “Mann”, Helmut Newton, Terry Richardson, entre otros. Y es que nadie puede negar que la belleza del cuerpo, sus siluetas, las curvas, los tonos de la piel y formas esculturales humanas son realmente interesantes y generan fotografías artísticas y con una sutileza muy peculiar, sin embargo, no todos logran estas imágenes de buen gusto, hermosas, con la presencia de la desnudez como un elemento de la composición, algunas fotografías de desnudo pueden caer en lo vulgar si no se tiene cuidado.

En la actualidad, el arte erótico aun no es ampliamente aceptado por toda la sociedad, sin embargo, su presencia es cada vez mayor en los medios de comunicación, cine, fotografía, publicidad y otros medios lo han convertido en un elemento icónico más del panorama cultural visual del hombre y de la mujer actual, aunque para algunas personas y algunos círculos sociales sigue siendo un tema tabú, debido a convencionalismos sociales y educacionales, generando un prejuicio hacia la desnudez.

¿Por qué perturba la desnudez? Es una de las preguntas a responder. La tensión entre la exposición del cuerpo y el arte ha sido esencial en el desarrollo de las formas y las representaciones. ¿Qué tienen el desnudo y el sexo que, cuando se encuentra en el arte y en la cotidianidad, causa un profundo rechazo o un apoyo irrestricto? El desnudo es, tal vez, uno de los motivos más comunes en el arte plástico. Las esculturas más apreciadas por los museos, y que pertenecen a la época gloriosa de Grecia y Roma, son desnudos tallados sobre mármol y piedra. Casi todas ellas son representaciones de dioses, formas que contribuyen a su idealización: cuerpos fuertes, grandes, anchurosos, tan sólidos e inmortales como la roca de que se alimentan. En el arte clásico el desnudo está atado a este tipo de representación, que no configura ninguna molestia. La Venus de Milo muestra ambos senos y un abdomen, si se quiere, sensual. El cuerpo es aquí una forma de la gloria de las deidades, el modo más sencillo de expresar que su valor supera al de los hombres.

La religión y la moral, sin embargo, hicieron lo suyo durante la Edad Media. La posesión de material artístico por parte de las instituciones más poderosas del catolicismo, y también el extenso papel de la Inquisición, permitieron que la Iglesia controlara la censura de arte. Cuando Miguel Ángel pintó las figuras desnudas de la Capilla Sixtina, el artista Daniele da

Volterra fue el encargado de pintar hojas de parra sobre cada uno de los sexos de los ángeles: lo logró con casi todos, aunque en una restauración posterior fue posible recuperar la imagen de unos cuantos. Un Papa estuvo a punto de eliminar todos los frescos: la academia de pintura de entonces lo convenció de lo contrario.

El historiador británico de arte Kenneth Clark habla en 'El desnudo' (1956) de esta constante tensión entre el arte, la cultura y la desnudez. Jonathan Jones, crítico de arte del diario inglés The Guardian, dice esto sobre el texto de Clark: "Un cuerpo desnudo, argumentaba, es vulnerable y defectuoso, feo y decadente. La desnudez es ideal y generosa. No es un cuerpo real, sino imaginado". Clark divide esta exposición del cuerpo humano entre desnudez y desnudo. Sin embargo, Jones disiente con Clark y asegura que esta división es clásica, pero tiene ciertos desajustes como lo citó Juan David Torres Duarte (Duarte, 2014): "Lo que de seguro es errado en la idea de Clark es que separa arte y vida de un modo muy marcado. En arte, existen cuerpos desnudos quebrados, vulnerables, y existen chispazos de perfección física, de formas arrebatadas, en la desnudez. La vida también es así. Existe la belleza física, existe el amor físico, y hay momentos en que el cuerpo del amante alcanza la majestad divina" (Jones, 2008, párr. 18).

Quizá es aquella majestad la que asusta a los censuradores: la revelación, la puesta en escena del cuerpo como una de las formas esenciales humanas. Es muy probable que esa aceptación de humanidad, a través de la mera exposición, de la exposición del error la asimetría de los cuerpos, su decadencia sea un motivo suficiente para censurar una obra de arte. En ese entonces y ahora en la actualidad, el arte como parte de nuestra sociedad y cultura parece estar consagrado a la perfección de la forma, a pesar de que no exista tal cosa. El arte contemporáneo se encargó de dilucidar la existencia de un nuevo cuerpo de maneras más sutiles y por ello, con mayor impacto, así como mostrar figuras de mujeres normales, bellas e imperfectas.

El fotógrafo de desnudo se dedica a una búsqueda de la perfección. Una vez encontrado el modelo de agrado, se es libre de iluminarlo, y hacerle posar de acuerdo con las nociones de belleza que se quieran. Pero a pesar del gusto y la habilidad, al final el resultado casi nunca es aceptable y satisfactorio para los ojos habituados a las armoniosas simplificaciones de lo que se tiene entendido como belleza. En seguida resaltan y a veces molestan las arrugas, las estrías, las bolsas y otras pequeñas imperfecciones que se eliminaron en el esquema de belleza actual.

El cuerpo sin embargo no es la forma que el arte nos ha hecho creer que debería ser. Se pueden mirar con placer fotografías de

árboles y de animales, cuyo canon de perfección es menos estricto. Conscientemente en este ensayo fotográfico se reconoce que, en la fotografía de desnudo, el objetivo real no es reproducir el concepto que se tiene del cuerpo femenino sino de mostrar que cualquier cuerpo es bello con todo y sus imperfecciones que son lo que claramente lo hacen perfecto.

I.- RECORRIDO HISTÓRICO ACERCA DEL INICIO DE LA FOTOGRAFÍA ERÓTICA¹

Dado que la mira central de este análisis estará puesta sobre las mujeres, la identidad, la autoestima y el erotismo, será necesario plantear algunos parámetros que sirvan de ejes conceptuales sobre los que apoyar la lectura interpretativa de esta investigación además de algunos antecedentes históricos de la fotografía de desnudo.

A nivel artístico el tema del desnudo es complejo de tratar por sus múltiples lecturas, ya sea desde un punto religioso o cultural. Al parecer no es lo mismo ver una escultura o una pintura que represente el cuerpo de una mujer a una fotografía, ya que la imagen fotográfica es más real y por tanto más obscena. Debido a esa obscenidad de la foto o del cine, la desnudez pasó a tener unas connotaciones más sexuales y no tan artísticas o estéticas como podría ser en el caso de la pintura.

Para entender un poco más la visión que tenemos de la fotografía erótica en la actualidad realizaré un breve repaso por

¹ La Fotografía Erótica según el fotógrafo Alex Rico involucra cualquier tipo de fotografías que expresen el erotismo de manera sugestiva y estética, ya sea en desnudo artístico, Boudoir, fetichismo, etc.

su historia y evolución a través de las diferentes épocas. De esta manera podremos comprender la foto de desnudo mucho mejor e incluso dejarnos de tonterías y empezarla a verla con una imagen más artística. Una hermosa y buena foto de desnudo puede ser una verdadera obra de arte.

El cuerpo humano se ha considerado a lo largo del tiempo un objeto de deseo, incluso ha habido épocas en que mostrar el cuerpo desnudo era pecaminoso y sólo aquellas mujeres de dudosa moralidad se atrevían a enseñar alguna parte de él.

El tema del desnudo en la fotografía erótica está impregnado de una serie de condicionamientos culturales. Está provisto de connotaciones diferentes, dependiendo del entorno y de la cultura. Hay países donde el desnudo es un tabú, sin importar el contexto, y está muy mal considerado desnudarse, ya sea enfrente de otras personas, así como en solitario. Por otra parte, hay tribus en las que la gente se muestra completamente desnuda o con atuendos sumamente escuetos.

Recientemente, hubo una iniciativa de un museo en Viena que mostraba la exposición *Hombres desnudos*, sobre la historia de la representación del cuerpo masculino en el arte. Para alentar a sus visitantes a tener una experiencia más completa de la exposición ha permitido la visita, a ciertas horas, de la gente

desnuda. Fue así que, decenas de personas acudieron a la exposición totalmente desnudos.

No obstante, esto sería prácticamente imposible en algunos lugares del mundo incluyendo nuestro país. Recordemos que recientemente, la televisión iraní que ofrecía imágenes de Michelle Obama en la entrega de los Oscar. Dicha televisión tuvo a bien retocar el vestido de la primera dama estadounidense: le quitaron escote y le añadieron mangas cortas. O sea que ni siquiera se trataba de ningún tipo de desnudo. Esto demuestra que hay culturas en las que la intolerancia al “desnudo” es bastante extrema.

En el plano psicológico, con base en la afirmación de Eva Navarro (2014), puede decirse que la ropa que nos ponemos es una extensión de nuestra persona. Por medio de la ropa podemos, además conseguir cambiar nuestra apariencia radicalmente: mostramos lo que nos interesa y ocultando aquello que preferimos que no se vea. El desnudo, por otra parte, puede representar confianza y libertad, sobre todo para dormir y descansar.

Es importantemente destacar que el desnudo cumple una labor educativa. Si nunca estuviéramos expuestos al desnudo de otros u otras, tendríamos muchas ideas equivocadas y nuestras expectativas serían poco realistas.

El cuerpo humano es hermoso. Es muy sano para la persona “tomarse la molestia” de conocerlo y disfrutarlo. Normalizar el desnudo puede resultar de gran ayuda para relacionarse de una forma más franca y sentirnos a gusto con nuestro propio cuerpo, más que vergüenza. Parece un contrasentido, avergonzarnos de nuestra propia anatomía. El pudor es una emoción cultural bastante generalizada. No obstante, es tan irracional que es difícil de entender. Aunque no nos olvidemos de que Adán y Eva pagaron su pecado, entre otras cosas, con la expulsión del paraíso. Esto les llevó a ser conscientes de su desnudez. Es decir, vivir la desnudez con naturalidad es equivalente a vivir en el paraíso.

I.I.- Principios de la fotografía erótica.

Dibujos prehistóricos de las cuevas, estatuas de la antigua Grecia y Roma, esculturas eróticas de la India y África. Figuras desnudas femeninas y otros artefactos antiguos en todo el mundo son testimonio de la poderosa fascinación del cuerpo desnudo. La invención de la fotografía creada en el siglo XIX un nuevo medio de retratar el cuerpo, y mientras que sus primeros practicantes recurrieron a las tradiciones europeas de la pintura, por sus temas, composición e iluminación, la diferencia en el enfoque entre las dos formas de arte pronto comenzó a evolucionar. En particular, la relación entre el artista y el modelo se convirtió en crucial. La fotografía también trajo una opción

nunca antes disponible: el arte visual. Capturar una escena al instante se conoció como reportaje, o para crear una composición artística poniendo deliberadamente cada elemento en su lugar antes de que se abriera el obturador (Baetens, 2007).

Desde su origen, la fotografía ha sido una ayuda útil para pintores, artistas y escultores, para los cuales muchos libros con desnudos en diferentes poses y los ajustes estaban disponibles. A mediados de la década de 1880 esto condujo a un movimiento para el reconocimiento de la fotografía como arte equivalente, forma, conocida como pictorialismo. El objetivo de los pictorialistas era Establecer la impresión fotográfica como un auténtico objeto artístico, por lo que crearon productos que estaban cerca de las pinturas, tanto en contenido como en forma. Tales fotografías tuvieron que soportar la prueba de la crítica como en cualquier otro medio artístico: satisfactorio en composición, color, calidad, tono e iluminación; teniendo encanto estético e involucrando alguna expresión del sentimiento personal del fotógrafo. Las imágenes pictóricas de las modelos desnudas no eran retratos; en su lugar, exploraron la narrativa, el simbolismo y expresaron la emociones y sueños de los fotógrafos. En lugar de tratar de producir imágenes de máximo detalle, suavizaron su imprime utilizando lentes de enfoque suave y elaborados procesos de impresión. Robert Demachy (1859–1936) fue el representante más famoso del

pictorialismo en Francia, mientras Edward Steichen (1879–1973), Frank Eugene (1865–1936), y Heinrich Kuhn (1866–1936) fueron sus proponentes más notables en Estados Unidos, Alemania y Austria respectivamente. Hay una similitud en sus aproximaciones al cuerpo femenino, no solo en las técnicas de impresión sino también en su tendencia a retratar el modelo en un ambiente de ensueño. Su intención era para representar la desnudez en su forma sublimada a hacer que el espectador reflexione sobre el significado de la imagen en lugar de simular el deseo.

Como ya fue mencionado antes en sus inicios la fotografía estaba fuertemente influenciada por su antecesor la pintura en lo que se refiere a composición e iluminación y en especial por la tradición europea del momento, aunque las diferencias técnicas entre ambas formas de arte marcarían distintas evoluciones, aun así, las particularidades del desnudo fotográfico y la estigmatización social que sufrió en sus inicios hará que establezcamos dos periodos fuertemente diferenciados en la historia de dicha corriente artística. (Amado, 2010) El primero se extiende desde la invención de la fotografía hasta finales del siglo XIX y el segundo que abarca desde la última década del siglo XIX hasta nuestros días.

En sus comienzos la fotografía de desnudos se topó con dos grandes problemas para ser aceptada tanto socialmente como

en los ambientes artísticos. Por una parte el realismo de las imágenes tomadas por una cámara se encontraba en contraposición con el romanticismo, que era la corriente pictórica de la época, en la que si estaban aceptados los desnudos y por otra, la proliferación de imágenes fotográficas con un contenido sexual explícito sin precedentes en la historia de la humanidad, dando lugar al comienzo de la pornografía, lo que escandalizó a la sociedad e hizo que el desnudo fotográfico fuera rechazado incluso con fines médicos y antropológicos, esto hizo en un principio la difusión del desnudo fotográfico se relajara en círculos privados y secretos siendo los autores perseguidos y expuestos a multas e incluso a penas de cárcel, también fue extendido el uso de dicho genero fotográfico entre los pintores de la época como Delacroix y Courbert que se dieron cuenta de que era más sencillo tomar como modelo una imagen fotográfica que depender de un modelo humano (Amado, 2010).

I.II.- La Fotografía erótica encuentra su camino.

A mediados de la década de 1880 la fotografía consiguió el título de forma de arte alternativa corriente exclusivamente fotográfica que se vino a denominar Pictorialismo y consistía en conceder a la imagen el rango de objeto artístico, profundamente influenciado por la pintura tanto en contenido como en forma, lo que conllevó una aceptación del público, que se dejó de escandalizar con el desnudo en la fotografía.

Hacia 1910, el objetivo original pictorialista de copiar la apariencia de las pinturas dio lugar a un nuevo capítulo en la historia de la fotografía. Reaccionando contra este enfoque no fotográfico, algunos de los fotógrafos se volvieron hacia lo que se convirtió en fotografía pura o recta: la realidad. Se convirtió en su tema en lugar de una idealización o sublimación de la misma. Habiendo encontrado reconocimiento como arte, la fotografía no tuvo necesidad de imitar más la pintura. Los modernistas fotografiaron su tema por sus propios méritos y con técnicas específicas. Al medio fotográfico. El cuerpo desnudo fue presentado ahora como un objeto en su propio derecho, utilizada de forma gráfica con un fuerte juego de líneas y ángulos. Para artistas como el austriaco Rudolf Köppitz (1884–1936) y el checo František Drtikol (1883–1961). El desnudo se convirtió en una figura con la que crear formas geométricas y abstractas. Composiciones que sacaron su influencia del cubismo, aunque todavía utilizaban las técnicas de impresión suave de los pictorialistas. Otros fotógrafos buscaron cualidades gráficas no solo en sus composiciones sino también en las técnicas de impresión. En la década de 1920 el movimiento surrealista en arte visual y literatura nació como reacción contra el racionalismo en la cultura política europea que, creían los miembros del movimiento, en última instancia condujo a la Primera Guerra Mundial. Influido por Freud, el objetivo de los surrealistas

consistía en difuminar las líneas entre lo consciente y lo inconsciente y para expresar la imaginación tal como fue revelada en sueños. El francés André Breton (1896–1966) y sus compañeros Los surrealistas pronto descubrieron las posibilidades artísticas inherentes a Fotografía, especialmente en collages. En su trabajo, la representación. Del cuerpo adquirió un misterio y una sensación de erotismo. Mediante el uso los efectos más radicales que ofrecía el medio, ya sea la vista de pájaro y una corta profundidad de campo, o el uso de espejos y técnicas de cuarto oscuro como la solarización: el cuerpo podría ser presentado en formas desconocidas. El fotógrafo húngaro André Kertész (1894–1985) utilizó espejos de feria en su serie “Distorsión para deformar el cuerpo femenino”. En los Estados Unidos, Edward Weston (1886–1958) creó imágenes con fragmentos del cuerpo, a menudo utilizando una perspectiva hacia arriba, mientras que contemporáneos como Alfred Stieglitz (1864–1946) e Imogen Cunningham (1883–1976) combinó geometría y abstracción con un sentido del erotismo en sus fotografías. (Baetens, 2007)

Man Ray (Emmanuel Radnitsky, 1890–1976) fue pionero en técnicas de producir imágenes surrealistas mediante la manipulación de cuartos oscuros. Nacido en Filadelfia, comenzó su carrera artística como pintor antes. Tomó fotografía en 1916. En 1921 se mudó a París, donde pasó la mayor parte del resto

de su vida. Él es mejor conocido por el desarrollo, con su amante y asistente Lee Miller, el proceso de solarización. En este, el negativo o la impresión se expone brevemente a la luz y como consecuencia, los tonos se invierten parcialmente, dando a menudo el efecto de delinear el cuerpo en sus estudios de desnudos. La carrera de Man Ray también fue de fotografía de moda y publicitaria abarcada.

Alrededor de los mismos años la vulgarización de la fotografía gracias a George Eastman y las pequeñas cámaras kodak que permiten el uso masivo de la fotografía y la ruptura con el concepto anterior de fotografía artística dando lugar a una corriente modernista primando lo que se llamó fotografía pura o directa ampliando así los límites de la fotografía en el que cuerpo desnudo paso a ser un tema por sí mismo y debido a la libertad reinante después de la primera guerra mundial se dio paso al realismo y el desnudo dejo de ser una composición alegórica e inocente a mostrar toda sensualidad que hasta ahora había sido tabú.

Después de la segunda guerra mundial y años cincuenta.

La segunda guerra mundial supuso un antes y un después en la forma de pensar de medio mundo y eso se vio reflejado en la fotografía después del auge en Estados Unidos de las famosas y sensuales "Pin-up" durante la guerra la fotografía dio el salto a

la fotografía erótica y un dato a tener en cuenta de esa época fue la primer publicación de la revista Playboy y los ochos millones de calendarios Pirelli que se publicaron en 1949 haciendo algo habitual en la década de los 50 el desnudo en el campo de la fotografía y apareciendo con fuerza en importantes exposiciones y publicaciones en gran parte del mundo (Cárdenas, 2006).

Con todo el erotismo no fue el único genero del que se nutrió la fotografía de desnudos también surgió otros estilos como documental utilizado para retratar las miserias de las personas al margen de la sociedad, así como la fascinación de algunos autores por los personajes grotescos como personajes de circo, enanos transexuales etc (Montalbán, 2012).

También en la rama de fotografía de moda, los profesionales dejaron de ver a sus modelos como simples perchas para colgar la ropa de los diseñadores y las comenzaron a ver como motivo de fotografía.

Años 60.

Con la proliferación de las publicaciones cada vez más comunes en la vida diaria de las fotografías eróticas con la mujer como motivo principal tomadas por hombres y para hombres y el nacimiento del movimiento feminista que cada vez ganaba más influencia, surgieron otro tipo de desnudos de manos de

fotógrafas que reivindicaban su identidad sexual, independientemente de la mirada del hombre, con autorretratos introspectivos que eran con frecuencia un dialogo interno queriendo reafirmar la propiedad de su propio cuerpo (Cárdenas, 2006).

Con motivo de estos cambios de la forma de pensar y la desestabilización social de aquella época surgió una nueva manera de trasgresión en el desnudo fotográfico, el desnudo masculino que hasta ahora siempre había representado la figura de un guerrero o un deportista comienza a aparecer como sujeto seductor y de deseo comenzando una búsqueda de la belleza y la sensualidad en el cuerpo masculino.

Años 70

En la década de los setenta los fotógrafos de moda comenzaron a presentar una nueva y polémica forma de retratar el desnudo femenino. En una época en la que se aumentó significativamente la variedad de estímulos los fotógrafos pretendían llamar la atención del público e incluso provocarlo mediante imágenes de desnudos al límite mostrando mujeres de una aparente alta clase social, seguras de sí mismas y muy conscientes de su sensualidad, en entornos sórdidos con alto contenido sexual e incluso fetichista. También comenzaron a verse desnudos en las campañas publicitarias de algunas marcas de moda como la

polémica United Colour Of Benetton que buscan ante todo el impacto comercial dejando relegado a un segundo lugar el producto a promocionar, involucrando muy activamente en esta y la siguiente década al desnudo en la fotografía comercial (Cárdenas, 2006).

En la actualidad.

Existe una gran gama de géneros de desnudos fotográficos desde el desnudo abstracto con la intención de desdibujar la figura humana en sí, para dar importancia a su composición formada por ángulos y formas geométricas pasando por el desnudo deportivo, de moda y erótico. Aunque sigue sometido a prejuicios y juicios de valor el desnudo fotográfico es considerado una forma de arte que muestra la fascinación que sentimos hacia una de las creaciones más magníficas de nuestro planeta, el ser humano (Cañellas, 2008).

Así pues, podemos afirmar que gracias a todos los avances tecnológicos y a los fotógrafos y artistas de antaño que se saltaron las leyes podemos disfrutar de obras tan sublimes e impactantes como las fotografías de Herb Ritts, Narcis Virgiliu o Spencer Tunick entre otros grandes fotógrafos a destacar y tener en cuenta. Es por toda esta historia y esta evolución que hemos de empezar a ver la fotografía erótica con otros ojos, y espero aportar con este ensayo, aunque sea muy pequeño, un granito

de arena para ver las imágenes eróticas como algo bello. Y cuando hablo de fotos eróticas también me refiero a aquellas de estética bondage o mucho más explícitas, ya que algunas pueden ser hermosas y delicadas como las de Nobuyoshi Araki, poesía pura en blanco y negro.

II.- APROXIMACIÓN CONCEPTUAL A LA FOTOGRAFÍA ERÓTICA Y LA AUTOESTIMA

II.1.- Erotismo

La palabra “Erótico” procedente del dios griego Eros, dios del amor; el erotismo se ocupa de todo lo relacionado con las relaciones sexuales y no simplemente con el acto físico, sino también de todas sus proyecciones y está relacionado con el sexo y el amor. El erotismo es una herramienta que genera atracción sexual y que puede ser canalizada adecuadamente para lograr completa satisfacción del individuo (Rico, s.f.).

Pero, ¿Qué es el erotismo? ¿Cómo es una sensación erótica? ¿A qué nos referimos con esto? ¿Realmente tiene que ver únicamente con prácticas sexuales? ¿Cuánto es lo que desconocemos sobre el tema? Es poca la información específica referente al tema, la mayoría de las investigaciones se refieren al erotismo con explicaciones vagas o poco exhaustivas sobre el concepto. Por ejemplo, se suele definir como la comunicación y actividad en pareja o individual, donde intervienen distintas

emociones, sentimientos y actitudes que conllevan a la estimulación genital y el orgasmo en búsqueda del placer sexual (Morales, 2019).

Sin embargo, prefiero la definición de Fernando Bianco (1976) sobre el erotismo ya que dice que el erotismo es la expresión de la sexualidad referida a la excitación y atracción sexual, relacionado con lo afectivo, instintivo, lúdico y cultural. Bianco dice también que lo erótico no niega lo sexual, pero lo trasciende, no se identifican. Incluso puede ser que lo erótico sea el fin en sí mismo, disfrutarse en la relación sin llegar al coito u orgasmo. Invita a descubrir sentimientos, sensaciones, a liberar temores y culpas, a combinar cuerpo y espíritu en el disfrute de la vida.

¿Cómo y cuándo se expresa el erotismo?

Cómo, cuándo y dónde se manifiestan estas conductas depende directamente de la personalidad de cada uno, gustos y preferencias, así como de otros factores como el nivel socioeconómico, el tipo de cultura, las costumbres familiares, las prácticas religiosas, ubicación geográfica, etc. Estas prácticas permiten al individuo estar en contacto con su cuerpo, identificar y percibir aquellos estímulos que le resultan placenteros y, por supuesto, le permite también conocer aquellas prácticas que no

lo son, tanto para él como la persona con quien comparte estas experiencias (Morales, 2019).

Según Alex Rico hay que tener cuidado porque ciertamente confusión entre lo que se considera desnudo y lo que es el erotismo, lo mismo con lo que es obsceno, lo sexual o pornográfico. Una fotografía artística que presenta desnudo generalmente será aceptada si lo insinúa, si da la idea de una visión estética, sublime de preferencia y romántica; si no es así será considerada pornográfica (Rico, s.f.).

El erotismo involucra a la persona de forma íntegra: física y psicológicamente, representa la forma en la que expresa para sí y los demás, sus deseos, fantasías y sentimientos más íntimos. Son innumerables las distintas maneras en la que cada uno de nosotros lleva o no a la realidad estos deseos, y manifiesta su “ser erótico” como lo define Bianco (1976) desde una cena romántica en la playa hasta una sesión de sadomasoquismo, un trío o intercambio de pareja, por mencionar algunas. No todas estas manifestaciones eróticas son de carácter exótico o sexual ni rayan en lo extremo. Por lo que concluyó al igual que Fernando Bianco que el erotismo más bien es el arte de sugerir más no de lo explícito, es esa trasgresión de lo sexual a lo bello.

II.II.- La Belleza

La belleza es una cualidad presente en una cosa o en una persona que produce un placer intenso a la mente. Belleza es un atributo de una persona, objeto, lugar o la idea que proporciona. La belleza siempre será subjetiva de la cultura, pero en la fotografía erótica no solo se trata de representar la belleza física sino la belleza interna que es igual al conjunto de valores y personalidad de la gente (Rico, s.f.).

La belleza es un concepto, una cualidad presente en una cosa, objeto o persona que produce un placer intenso a la mente, y proviene de manifestaciones sensoriales. Podría definirla como el esplendor de la forma a través de la materia. Por lo que he aprendido como fotógrafo puedo decir que la belleza se encuentra en la mente de quien la aprecia y se refiere al conjunto de valores, referentes y expectativas. Es un diseño significativo, expresado de otra manera, la belleza es una de las cualidades de personas, objetos, lugares, ideas, es un complejo de experiencia perceptuales complejas que proporcionan placer y significado. La experiencia subjetiva de belleza a menudo implica la interpretación de alguna entidad o hecho en equilibrio y armonía con la naturaleza. Esto conduce a los poderosos sentimientos de atracción y bienestar emocional.

Lo cierto es que a través de los años podemos darnos cuenta que más allá del morbo, un desnudo artístico puede mostrar

desde la cultura de una sociedad hasta la belleza y perfección del cuerpo humano. La belleza y perfección del cuerpo humano que plasma el artista en sus trabajos claramente causa un gran impacto en cualquiera de sus trabajos hacia el espectador. Al paso de los años podemos apreciar fotografías o pinturas de desnudos artístico libres de prejuicios, ya que la representación del desnudo es una expresión en el ser desde su origen. Se ha buscado representar la belleza del cuerpo en diferentes formas, sobre todo la figura femenina; esto debido al predominio de artistas masculinos.

En el mundo del Arte se trata de mostrar más allá de un cuerpo desnudo, el artista trata de expresar sentimientos, experiencias de vida complaciendo siempre a su ingenio y creatividad plasmándolos en cada una de sus obras. Podemos observar obras, que, durante el Renacimiento, provocaron desde procesos de investigación hasta persecuciones de los autores, tal es el caso del autor germánico Albercht Dürer, con su Obra "Adán y Eva" (Miranda, 2015).

Tomás de Aquino en *Summa Teológica* (1498) decía que "Bello es todo aquello que atrae y agrada a nuestros sentidos". Según esta definición, con la cual concuerdo, hay belleza en un paisaje, en el rumor de un riachuelo, en el cantar de una alondra, en una sinfonía, en un cuadro, en un poema, en un rostro humano, en la sonrisa de un niño, etc.

La belleza entonces, si bien está relacionada con lo sexual, es un concepto realmente subjetivo. El atractivo físico puede darse, a través de un rostro irregular, de un cuerpo que no es del todo perfecto. Porque ese atractivo estará siempre vinculado a motivaciones personales de cada uno, y si bien la moda o el estilo de un momento lo condicionan culturalmente, no puede ser convertido siempre en algo obligatorio. Por eso la única definición que tengo en mente de belleza es: La belleza es lo que cada uno encontramos bello.

II.III. - Autoestima

Podemos definir la autoestima como el resultado final de la valoración que cada persona hace de sí misma, valoramos nuestras actitudes o forma de comportarnos generalmente llegando a una conclusión de nuestra personalidad y habilidades formando a su vez una opinión personal de nosotros mismos que nos acompaña en el día a día (Rico, 2014).

Abraham Maslow (1943), en su jerarquía de las necesidades humanas, describe la necesidad de aprecio, que se divide en dos aspectos, el aprecio que se tiene uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia, etc.), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación, etc.). La expresión de aprecio más sana según Maslow es la que se manifiesta “en el respeto que le merecemos a otros, más que el renombre, la celebridad y la adulación”.

Carl Rogers, máximo exponente de la psicología humanista, expuso que la raíz de los problemas de muchas personas es que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados; de ahí la importancia que le concedía a la aceptación incondicional del cliente (Rogers, 1954). En efecto, el concepto de autoestima se aborda desde entonces en la escuela humanista como un derecho inalienable de toda persona, sintetizado en el siguiente axioma: “Todo ser humano, sin excepción, por el mero hecho de serlo, es digno del respeto incondicional de los demás y de sí mismo; merece estimarse a sí mismo y que se le estime” (Rogers, 1954).

III.- LA SOCIEDAD ANTE LA DESNUDEZ EN LA FOTOGRAFÍA

La evolución histórica del desnudo artístico transcurre en paralelo a la historia del arte en general, salvo pequeñas particularidades derivadas de la distinta aceptación de la desnudez por parte de las diversas sociedades y culturas que se han sucedido en el mundo a lo largo del tiempo. El desnudo es un género artístico que consiste en la representación en diversos medios artísticos (pintura, escultura o, más recientemente, cine y fotografía) del cuerpo humano desnudo (The Adventure of Photography, 1998). Es considerado una de las clasificaciones académicas de las obras de arte. La desnudez en el arte ha reflejado por lo general los estándares sociales para la estética

y la moralidad de la época en que se realizó la obra. Muchas culturas toleran la desnudez en el arte en mayor medida que la desnudez en la vida real, con diferentes parámetros sobre qué es aceptable: por ejemplo, aun en un museo en el cual se muestran obras con desnudos, en general no se acepta la desnudez del visitante. Como género, el desnudo resulta un tema complejo de abordar por sus múltiples variantes, tanto formales como estéticas e iconográficas, y hay historiadores del arte como Jean Louis Prat (2008) que lo consideran el tema más importante de la historia del arte occidental.

Aunque se suele asociar al erotismo, el desnudo puede tener diversas interpretaciones y significados, desde la mitología hasta la religión, pasando por el estudio anatómico, o bien como representación de la belleza e ideal estético de perfección, como en la Antigua Grecia. Su representación ha variado conforme a los valores sociales y culturales de cada época y cada pueblo, y así como para los griegos el cuerpo era un motivo de orgullo, para los judíos y, por ende, para el cristianismo, era motivo de vergüenza, era la condición de los esclavos y los miserables (Montalbán, 2012).

El estudio y representación artística del cuerpo humano ha sido una constante en toda la historia del arte, desde la prehistoria (Venus de Willendorf) hasta nuestros días. Una de las culturas donde más proliferó la representación artística del desnudo fue

la Antigua Grecia, donde era concebido como un ideal de perfección y belleza absoluta, concepto que ha perdurado en el arte clasicista llegando hasta nuestros días, y condicionando en buena medida la percepción de la sociedad occidental hacia el desnudo y el arte en general.

Y hablando de desnudos, ¿qué relación podían tener los de la antigua Grecia con los que se ven en la actualidad?

Pues lo que cambia es el significado y el simbolismo, pero se continúa representando las relaciones de poder. De todas formas, hay que tener muy en cuenta que, aunque puedan tener algo en común, siempre hay que insistir en que la obra es resultado del contexto, la sociedad de la época, por lo que no podemos interpretar los desnudos actuales igual que los de la Antigua Grecia, porque estaríamos tergiversando la realidad. El desnudo en nuestro tiempo no refleja la “disponibilidad hacia el otro” como en los mosaicos, ¡todo lo contrario! sino la decisión sobre su propio cuerpo y, por tanto, se muestra o se oculta dependiendo de sus deseos o reivindicaciones, es un desnudo consciente y voluntario de la propia mujer. Podemos hablar entonces de similitudes en el sentido de que refleja las relaciones de poder. En la actualidad el claro poder de la mujer, como vemos en algunas reivindicaciones feministas.

De la cosificación del desnudo femenino al empoderamiento, hay un paso dice Mila García (2017). Y para darlo es necesario cambiar no solo el punto de vista, sino también el centro de control: que, de una vez por todas, las mujeres pasen de que otros decidan por ellas a tomar las riendas de su vida y de su cuerpo, eligiendo por sí mismas cómo, cuándo y por qué mostrarlo. O no hacerlo en absoluto. Dicho así parece fácil. Y lógico. Pero, en la práctica, no resulta tan sencillo. En los últimos tiempos, celebridades como Emily Ratajkowski o Lena Dunham han tenido que soportar todo tipo de juicios sexistas (venidos tanto de hombres como de otras mujeres) por el simple hecho de desnudarse. Por el simple hecho de ser sus únicas dueñas. ¿Dónde está el problema?

Por algunas vivencias como fotógrafo, puedo decir que muy probablemente, no todo el mundo entiende que la decisión de mostrar el cuerpo o que no solo le corresponde a la mujer que grita sí o dice no a esa desnudez. En que no todo el mundo entiende que, porque una mujer se quite la ropa, no es más ni menos que otra que lleve falda de flores, pantalones ejecutivos, escote de vértigo o pañuelo en el pelo. Y, por ende, en que no todo el mundo puede dejar de sexualizar al género femenino y asumir que un pezón, unas caderas con estrías o una axila sin depilar son tan naturales como, por ejemplo, una barba masculina.

III.I.-Exhibicionismo vs. pudor

"El significado de los cuerpos desnudos es distinto en función del contexto en el que se muestran. En la pornografía, en la publicidad o en otros medios, el desnudo tiene un significado distinto al que tiene en una playa. Los desnudos en los medios de comunicación tienen que ver con la cosificación y mercantilización de los cuerpos de las mujeres", explica Rosa Cobo, profesora de Sociología del Género de la Universidad de Coruña, y remata: "Las mujeres que se desnudan en el cine, la publicidad u otros medios de comunicación de masas no lo hacen por decisión propia, sino por exigencias del medio para el que trabajan" (Cobo, 2011).

Diane Ducret, autora del ensayo *La chair interdite (La carne prohibida)*, inédito en español), que repasa la relación de la mujer con su cuerpo a través de censuras sucesivas, pone el dedo en la llaga: "Da la sensación de que las mujeres son libres de mostrar aquello que quieran, pero es un grave error. Creemos que estas imágenes nos venden sexo, deseo, placer, pero lo único que nos venden es un producto y forman parte del inconsciente colectivo, tanto que ya no reparamos en ellas" (Ducret, 2014: 43).

Mientras la escena pública se vuelve más descarada y exhibicionista, la desnudez natural y libre, la que acontece en la vida ordinaria, sigue suponiendo un problema y generando

conflictos. Tanto que muchos hablan de un retorno a valores más conservadores. El recato, que parecía encerrado en el baúl desde mayo del 68, vuelve a ser tendencia. "No creo que el hecho de que haya menos topless en las playas se deba a que tenemos libertad sexual. Me inclino a pensar, más bien, que el menor número de mujeres que lo practican tiene que ver con el hecho de que vivimos un proceso de reacción patriarcal. Hay una propuesta ideológica un tanto difusa que reclama a las mujeres que se aproximen al modelo femenino de antes". (Cobo, 2011: 86)

Durante mucho tiempo la sociedad y nuestra propia cultura nos había enseñado que estar desnudo delante de alguien se consideraba como exhibicionismo sin embargo creo que al pasar los años y en la era tecnológica en que nos ha tocado vivir el desnudo artístico no debe ser considerado como tal porque durante siglos el estar desnudo ha sido el centro y el protagonista del arte porque el cuerpo desnudo no solo representa lo sexual ni algo prohibido, simplemente es nuestra forma más pura de existir en especial para las mujeres quienes han sido reprimidas mayormente en ese sentido.

III.II.- Desnudez y erotismo en los medios audiovisuales

El desnudo está fuertemente vinculado al erotismo en medios audiovisuales, como el cine, televisión y video. Por razones comerciales, la industria del cine suele retratar la desnudez de

actores y actrices físicamente atractivos, aunque es también empleada como un recurso expresivo para retratar la vulnerabilidad de nuestro cuerpo o como metáfora de la fragilidad del mismo en escenas impactantes o conmovedoras, despojadas de toda connotación sexual, algo que también se da en el arte y fotografía.

El gran potencial de difusión del material audiovisual en la era de la internet ha hecho de la desnudez de celebridades un verdadero culto seguido con dedicación por incontables usuarios alrededor del mundo y capitalizado por publicaciones de gran popularidad como la afamada revista estadounidense Playboy que periódicamente ofrece tentadoras sumas de dinero a mujeres del famosas para posar en sus páginas, como así también, ha repercutido en una creciente negativa de muchos actores y actrices a realizar desnudos por pudor a que tales escenas se difundan sin control por las redes sociales. En efecto, muchos de ellos que rehúsan aparecer desnudos en filmes sí lo hacen en teatro o en performances, en la intimidad del público presente y con las debidas precauciones.

Algunas celebridades, en efecto, alcanzan el estrellato gracias a un desnudo integral o frontal y se convierten en íconos sexuales, como la holandesa Sylvia Kristel, aunque existen también casos en que una exposición excesiva acaba siendo perjudicial, como ocurrió a la actriz Elizabeth Berkley, cuya carrera se vio muy

afectada por su destapado papel en el drama erótico *Showgirls* (1995) o la italiana Claudia Koll, quien nunca pudo superar el encasillamiento tras su escena de sexo explícito en la cinta *Così Fan Tutte* de Tinto Brass, y acabó renunciando a la actuación y dedicándose a una vida religiosa.

La desnudez en series de televisión y telefilmes es un fenómeno de apertura relativamente reciente, de comienzos de la década de 1990 y que se ha consolidado en paralelo a la masificación sostenida de la televisión por cable y satelital, cuyo carácter privado ha permitido liberar restricciones de contenido en los segmentos de programación dirigidos al público más adulto y que pueden, hoy, enfocarse en los aspectos más explícitos de la sexualidad, sin tener que excusar la desnudez del cuerpo humano en contextos meramente científicos y antropológicos. Algunos ejemplos notorios son series como *Red Shoe Diaries*, *Queer as Folk*, *The L Word* y *Tell me you love me*, esta última bastante controversial por atreverse a simular relaciones sexuales en televisión con estudiado realismo.

El cómic en su ámbito más comercial y como parte activa de la cultura popular contemporánea ligada a la industria del entretenimiento, no está exento de este tipo de manifestación, aunque en rigor pudiera circunscribirse a las expresiones artísticas. El primer desnudo frontal de un personaje de cómic clásico fue Shanna She-Devil, en la publicación homónima de

Marvel Comics en 2005, por obra del ilustrador coreano Frank Cho, y que fue censurada por la casa editorial en ediciones posteriores; años antes el ilustrador Barry Windsor-Smith consiguió que los editores de Marvel aceptaran, con severas objeciones, que el personaje Wolverine apareciera desnudo en la miniserie Weapon X, pero estratégicamente dibujado para no mostrar genitales, como sí ocurrió en Watchmen (1986), de Alan Moore y Dave Gibbons para DC Comics, en que uno de sus personajes, Dr. Manhattan ya convertido en un ente de energía producto de un accidente nuclear, deambula desnudo, y puede considerárselo el primer desnudo frontal masculino en una historieta de superhéroes. Sin embargo, en editoriales independientes y en otras esferas de este medio, como el diverso mercado europeo y latinoamericano, hay una larga trayectoria de artistas como Guido Crepax, Horacio Altuna y Milo Manara que han enfocado su arte hacia un erotismo más explícito y emplean este recurso.

III.III.- Doble moral

El movimiento 'Free the nipple' (al que probablemente se habría unido la Brigitte Bardot de los 70) que, en su lucha por la igualdad, clama contra el tabú de mostrar los pechos en entornos reales o virtuales, se ha desdoblado en una película que lleva el mismo título. En una de sus escenas, una activista, semidesnuda por

las calles de Nueva York, pronuncia esta frase: "Se nos confisca nuestra desnudez para poder revendérmola mejor". La censura, legal o moralmente impuesta, reafirma el valor comercial del cuerpo femenino: la desnudez, si no es comercial, asusta.

Mostrar los pechos sigue estando prohibido en muchos lugares reales (y hablamos del mundo occidental: en algunos estados de Estados Unidos enseñar un pezón puede penarse con multas de hasta 2.500 dólares y tres años de cárcel) y virtuales (las redes sociales les tienen declarada la guerra).

Esta actitud llega a producir confusión entre lo que es moral y lo que no. "Se censuran campañas contra el cáncer porque aparecen senos desnudos, pero, al lado, las mujeres objeto de la publicidad, a veces en el límite de la pornografía, no suponen ningún problema porque esconden los suyos", acusaba en la edición francesa de la revista Elle, Eloïse Bouton, exmiembro del colectivo Femen.

Es la suya una crítica a esa doble moral según la cual la lactancia en público sigue generando incomodidad y conflicto, mientras se toleran (e incluso se promueven) actitudes de contenido explícitamente sexual, aunque sin pechos a la vista. Y eso por no hablar de la violencia. La excusa esgrimida con más frecuencia para justificar la censura del desnudo femenino es la protección de los niños, en un mundo donde ven, de media,

200.000 actos de violencia y 16.000 asesinatos en la televisión antes de tener 18 años, según datos de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría. La verdad, desnuda.

III.IV.-Las Redes Sociales y el desnudismo

Decir que las redes sociales se han convertido en ese espacio donde los internautas lo comparten todo es decir la verdad, hasta cierto punto. Política, deporte, cine, humor, opiniones para todos los gustos y colores. Más allá de los filtros que algunos gobiernos imponen a algunas páginas y contenidos, en las redes se puede compartir de todo. Excepto pornografía o imágenes con contenido sexual.

El problema es que muchas veces, qué es contenido sexual y qué no lo es no está del todo claro. Instagram ha sido la última en sumarse a la polémica. La red social para compartir fotografías ha prohibido que en las imágenes que suben los usuarios se vean pechos de mujer. Concretamente, ha censurado los pezones.

Es ahí donde la red traza la línea, con la invención, ha declarado Kevin Systrom, cofundador de Instagram, de que éste siga siendo un espacio seguro "para adolescentes y adultos". Systrom se ha visto obligado a pronunciarse después de que Scout Willis, hija de los actores Bruce Willis y Demi Moore, publicase un autorretrato suyo caminando desnuda de cintura para arriba por las calles de Nueva York.

Willis protestaba por lo que considera "censura" por parte de la red, que retiró una imagen previa de una camiseta diseñada por ella misma y en la que se veía a dos mujeres en topless. "Instagram, no hay manera de contactarte directamente. Me gustaría que me dieras una respuesta, ¿por qué me privas de un montón de recuerdos, por qué odias los pezones" (Benavente, 2014).

En los términos de uso de Instagram se hace referencia directa a esta cuestión, cuando se indica que "no se deben subir imágenes u otro tipo de contenido violento, que muestre desnudez completa o parcial, discriminatorio, ilícito, transgresor, de odio, pornográfico o sexualmente sugestivo vía este servicio". De hecho, la red de fotos tiene una lista de hashtags o etiquetas bloqueadas, que incluyen tanto términos sexuales como insultos o palabras relacionadas con la violencia.

En esto Instagram no ha hecho más que adoptar la política de su hermana mayor, Facebook, que tampoco permite la publicación de imágenes en las que se vean pezones, y la cosa les ha costado más de un problema. Grupos de apoyo a pacientes con cáncer de mama, así como de defensa de la lactancia materna se han encontrado con sus publicaciones retiradas en más de una ocasión. Sus fotos no tenían nada de pornográfico, ni siquiera de connotación sexual, pero la red de Zuckerberg no hizo distinciones. Sin embargo, como explica

Jorge Morell, abogado y experto en términos y condiciones de servicios en internet, desde la última polémica Facebook se ha visto obligada a revisar esta cuestión y desde finales del año pasado permite las fotos de madres amamantando.

Aunque no son solo este tipo de grupos específicos los que pueden encontrarse con su página bloqueada y un amable mensaje solicitando la retirada de una imagen que no gusta a Facebook. La página de este periódico fue bloqueada temporalmente debido a la publicación de una fotografía en la que se veía a una integrante del grupo FEMEN en plena protesta. A pesar de su intención informativa, el contenido hizo saltar la alarma de la red y la página no fue rehabilitada hasta que la foto no se retiró.

En la postura opuesta se encuentran Twitter y Tumblr, dos redes en las que las reglas son mucho menos estrictas y no es difícil encontrarse con fotografías de desnudos e incluso sexualmente explícitas. De hecho, hay multitud de cuentas dedicadas exclusivamente a este tipo de contenidos en ambas, y sobra decir que sus seguidores se cuentan por miles.

Por su propio funcionamiento y filosofía, sería difícil que Twitter actuase de otra forma. La red de microblogging hace de la inmediatez y la apertura su seña de identidad: la idea es que los usuarios compartan sus contenidos de forma que lleguen a la

mayor cantidad de gente posible. Eso hace muy difícil implantar un control como el que tiene Facebook, por no decir que cuenta con menos recursos humanos y materiales para hacerlo.

En caso de Tumblr es algo distinto. Esta red, más minoritaria, permite en unos cuantos clics crear un blog al que los demás usuarios pueden suscribirse también muy fácilmente, y en él priman los contenidos de tipo artístico o creativo, y allí los desnudos campan a sus anchas. Se calcula que el 10% de sus blogs están etiquetados como NSFW (no apropiados para el trabajo, o eróticos). Cuando Yahoo compró esta red a principios de 2013, los usuarios sacaron las uñas ante la posibilidad de que quisiese modificar sus términos de uso para hacerlo más para todos los públicos, eliminando los contenidos eróticos o sexuales. En este pequeño universo, eso se consideraría una auténtica limitación de la libertad de expresión e incluso una censura artística.

Un vistazo rápido a internet y a las redes sociales certifica que el desnudo, en cualquiera de sus versiones, sigue siendo noticia y el cuerpo de la mujer, un reclamo. Encontramos que el fotógrafo Spencer Tunick ha fotografiado a más de 6.000 personas sin ropa reunidas en una plaza de Bogotá; que han sido robadas y filtradas nuevas fotos de Scarlett Johansson desnuda; que el trasero de Kim Kardashian es un continuo trending topic; que Cara Delevingne posa sin ropa contra la caza

de animales, y en un ámbito nacional, que Ingrid Brans “explota Instagram después de dejar al descubierto su prominente trasero en Instagram” según El Universal; que Chenoa tiene nuevo disco, lo promociona presumiendo de curvas y piel en las satinadas páginas de *Interviú*; y que Rihanna, sin esconder apenas nada bajo un levísimo vestido de gasa transparente en su último videoclip, combate (cuerpo a cuerpo) por los primeros puestos de las listas de ventas con sus principales competidoras.

Todas, o casi todas, las estrellas del momento del cine, la televisión, la música o la moda han posado desnudas, de manera más o menos explícita, en portadas de revistas, en las carátulas de sus discos o en campañas publicitarias y se han marcado numeritos eróticos en videos o escenarios. Tacones de vértigo, látex, látigos, posturas expuestas, zooms de cámara asomándose a un escote o bajo las faldas, tangas minúsculos, fajos de billetes. Los videoclips más célebres exhiben toda la parafernalia de las fantasías masculinas más clásicas. "Todas las cosas que el feminismo una vez rechazó por denigrantes (strippers, camisetas mojadas...) están siendo de nuevo aceptadas por mujeres jóvenes como supuestos símbolos de empoderamiento personal y liberación", advierte la escritora Ariel Levy en su libro *Female Chauvinist Pigs* (Levy, 2005).

El claro ejemplo de que para los medios de comunicación la desnudez causa furor y se vuelve una noticia es Ingrid Brans,

activista sexual, Licenciada en Comunicación, conductora y modelo originaria de Argentina que llegó a vivir a México hace 11 años y se convirtió en un fenómeno televisivo cuando apareció casi desnuda con una máscara junto al conductor Brozo en El Mañanero, apodada “La Reata” y se convirtió en la fantasía de multitudes gracias a sus diminutos atuendos y al misterio en torno a su identidad, pues siempre apareció portando una máscara de luchador.

En una entrevista realizada por Valeria León donde Ingrid se define como: una mujer libre; se le preguntó: "¿No te parece que usar tu cuerpo de la manera como lo has hecho suma a la objetivación de la mujer?" a lo cual ella respondió: "Desnudarme me empodera, me senté en las piernas de escritores galardonados, de intelectuales, de políticos. ¿Quién podría poner nerviosa a personas con tanto poder? ¡No cualquier pendeja! Más que La Reata, había ovarios. La Reata hacía lo que Brozo no podía hacer: poner nerviosos a los políticos" (León, 2018).

Ingrid Brans ha sido fotografiada por múltiples fotógrafos. Fue la portada de Playboy en la edición de colección de los 50 años de la revista y a través de las redes sociales puede comunicarse directamente con sus seguidores (la mayoría hombres). En su popular cuenta Ingrid sube fotos donde aparece desnuda, pero tiene una regla: si alguien le falta al respeto publica un

screenshot con la ofensa recibida por ese usuario y lo nombra: "El reatón del día" (León, 2018).

Actualmente abrió su cafetería en la colonia Roma en la Ciudad de México donde ella misma atiende a los clientes. No obstante, los medios se fijan más en las fotos en las que posa desnuda y no en los otros aspectos que envuelven a la modelo. Titulares en páginas web como: "Ingrid Brans luce su trasero en Instagram" o "Ingrid Brans sorprende con foto de su trasero desnudo" enmarcan un solo aspecto de la vida de la modelo, dejando de lado los diversos ámbitos en los que se desenvuelve.

Sin embargo, como lo escribe en sus redes sociales, ella no solo ve su cuerpo de una manera vulgar o tabú, sino que Ingrid se siente orgullosa de como es y no tiene problema de mostrarse diciendo que: *El cuerpo de una mujer es un templo y así se deberían ver y sentir todas sin importar el físico porque lo importante reside en uno mismo.*

IV.-METODOLOGÍA

Eugene Smith (1969) conviene que el proceso de indagación en el ensayo está asociado a la observación participante, es decir, observar el comportamiento de las modelos durante la sesión fotográfica. El fotógrafo no es el sujeto que revuelve la vida de unos seres y acontecimientos que serían su objeto de investigación. Al contrario, se esmera en la búsqueda del otro,

en el encuentro en condiciones de similitud como posibilidades de autenticidad.

Desde métodos de búsqueda, de análisis y comparación aprendidos desde disciplinas como la antropología y la sociología (Ledo, 1998). Entre estos métodos se incluyeron los trabajos de observación en el ámbito a fotografiar, diversidad e interés de las fuentes, historias de vida, relatos orales sobre hechos históricos. Aunado a esto, convivieron en el trabajo de indagación visual del fotógrafo asuntos manifiestos como la necesidad del otro, disposición para la alteridad que difuminaría las líneas de separación entre sujeto y objeto, su participación en lo observado y su inmersión en la realidad que se va a representar en imágenes, especie de visados para reconocerse en la otredad.

El fotógrafo entabló un diálogo con la alteridad, la traduciría y enunciaría como discurso en imágenes y es en ese trayecto que el trabajo de campo adquiere su significación como observación participante, es el encuentro y desencuentro de culturas que se implican dialécticamente para convencerse de su existencia...nos damos cuenta de la imposibilidad de uniformar en su totalidad al mundo, cuyas invenciones e imaginarios nos invaden a cada momento (Taylor, 2002).

La fotografía vino a revolucionar las formas en las que percibimos la realidad. La fotografía y en sí el retrato, retoma las construcciones de composición del arte clásico y viene de alguna forma a desplazar al realismo en la pintura y al hiperrealismo. Llega a colocarse como la llamo personalmente y como la denominan en algunos artículos de internet como es el caso de la página digital “Bulb” (S/A, 2017) “democratización de la imagen visual” a pesar de que sabemos que ver no es creer sino interpretar, reconocemos que las imágenes visuales (la fotografía en este caso) tienen éxito o fracasan en la medida en que podemos interpretarlas satisfactoriamente.

La fotografía refleja una imagen de la realidad o lo que se piensa es una realidad objetiva. La fotografía entonces se convierte tanto en un documento de análisis que sirve para registrar la información recopilada de los participantes y ayuda a la búsqueda de retrospectiva, así como en un artefacto para producir obras artísticas. La cámara fotográfica es para el fotógrafo la herramienta mínima indispensable, sin importar el uso que éste le dé en términos de:

- Las técnicas utilizadas
- El método empleado
- La función que se busca cumplir
- La necesidad que desea cubrir

- El lenguaje visual que vaya a utilizar

Todos estos puntos mencionados están íntimamente ligados y a su vez dependiendo unos de otros; de tal modo que una verdadera fotografía nunca será inocente, tan sólo “tomar una simple fotografía” lleva todo un concepto detrás, un estudio y ensayos previos.

IV.I.- La metodología del fotógrafo

Las distintas necesidades del proyecto provocaron que una metodología diferente sea utilizada para cada caso, un proceso sistemático como base o de guía, por supuesto, pero adaptando algunos pasos y ajustando elementos clave que aporten lo necesario para cubrir los requisitos fijados para el proyecto fotográfico.

Para crear una metodología, sin importar cuáles sean las necesidades, forzosamente se requiere de algo vital: La investigación. El fotógrafo al igual que un científico debió ser una persona inquieta que busca primeramente en todas las bases teóricas ya conocidas, pero que también se atreve a buscar nuevas rutas hacia el desafío de los retos que se le presentan.

Por ejemplo, la búsqueda de nuevas perspectivas y puntos de observación de los problemas, nuevas formas de exploración y recolección de los resultados de otros escenarios visuales. En ambos casos la imaginación es un ingrediente en común, tiene

un papel relevante para poder inventar y afinar los modelos propios que utiliza el fotógrafo.

Al tratarse de fotografía de desnudo y de tomar una sesión fotográfica, no solo se necesita una metodología científica al recabar la información a través de los cuestionarios, sino que se necesita conocimiento previo de la técnica y preparación de la sesión en sí ya que no todas las mujeres tienen la seguridad de pararse desnudas frente a un set de fotografía y especialmente frente al fotógrafo.

Como lo menciona Sergi Albir de Archer Photo Antes de la sesión de fotos la preparación es importante, como en cualquier cosa, pero en muchos casos, tiene menos peso del que quieren pensar las personas que estarán ante la cámara. En especial, hay un determinado grupo de personas, que se preocupan muchísimo por la ropa, los colores, los zapatos, complementos y peinado. Los detalles son una parte de la sesión, pero en realidad, una foto puede ser espléndida con una camiseta blanca y una cara sin maquillar (Albir, 2018).

En términos de resultado final, que la persona esté lo más cómoda posible ayudará a conseguir que esté segura. Y que esté segura llevará a que su postura ante la cámara y su expresión facial sean mejores. Esto es parecido a la frase de Yoda explicando que el miedo es el camino hacia el lado oscuro

en Star Wars citada por Sergi Albir, pero al revés: “Fear is the path to the dark side. Fear leads to anger. Anger leads to hate. Hate leads to suffering”. La cual traducida al español sería: “El miedo es el camino hacia el lado oscuro. El miedo lleva a la ira. La ira lleva al odio. El odio lleva al sufrimiento”. Pues esto es el sentido inverso: el control lleva a la concentración. La concentración lleva a la seguridad. La seguridad lleva a la tranquilidad. La tranquilidad ayuda a que las fotos sean mejores. Y esto importa mucho si queremos usar esta herramienta para mejorar la autoestima.

Así que resulta vital poder colaborar antes de la sesión en aclarar dudas y ayudar a la persona a saber que el día de las fotos tendrá ya una parte del trabajo resuelto y así habrá menos tensión.

Durante la sesión, la retroalimentación es crucial. Pero claro, para eso hay que conseguir buenas fotos. Durante la sesión, y especialmente al principio, se les debe ir enseñando las imágenes a las modelos y hacer hincapié en los aspectos positivos, corrigiendo los problemas que puedan aparecer. Es importante ser positivo y didáctico: explicar que en determinadas posturas la luz no favorecerá, o la postura, o que tal prenda no nos está ayudando. Con naturalidad, sentido del humor, sin hacer bromas vulgares ya que se trata de un trabajo profesional y efectividad. En realidad, este párrafo hace que parezca

sencillo. Lo normal es que lleve muchos años de trabajo al fotógrafo tener la seguridad para explicar estos aspectos sin parecer un charlatán de feria (Albir, 2018).

Proporcionarle a la persona que se tiene delante muestras de que lo hace bien y darle pistas para que salga mejor hace que los resultados vayan en una progresión ascendente. Esto es especialmente adecuado en los casos en los que se trabaja con gente que no tiene una experiencia previa. Sobre todo, con personas cuya autoestima no es muy poderosa o es la primera vez que posan sin ropa ante una cámara. Son estas personas con las que las fotos tendrán mayor influencia.

Al final de la sesión, tomando en cuenta que está pensada como herramienta para mejorar la autoestima, es el momento de escoger las mejores fotos. Esta es una parte esencial y, al focalizarnos en la autoestima, deberemos ser especialmente pacientes en este caso: la persona ha de verse y encontrar su mejor imagen. Igual que aparecerá mal en algunas, saldrá muy bien en otras. Este amplio rango hace que la persona se dé cuenta, al compararse con otras imágenes públicas que suele ver, que independientemente del concepto que tenga de su persona, el trabajo de escoger se da con todas y cada una de las imágenes públicas (Albir, 2018).

“Trabajar en las imágenes escogidas es también importante. En mi caso, los retoques corporales los hago solamente para publicidad y no para retrato y jamás los ofrezco. Pero sí, en ocasiones, les muestro los cambios que se pueden hacer para que sean conscientes de que, otra vez, en las imágenes que nos bombardean constantemente, hay casi más trabajo que realidad. Los niveles y cambios de encuadre también contribuyen a que la persona vea un resultado final más contundente” (Albir, 2018, párr. 10). Esto es esencial para este proyecto, mostrar la realidad y no una imagen sumamente procesada.

Pero no solo eso. La fotografía es un trabajo creativo. Es esperable, si el fotógrafo hace su papel, que algunas imágenes sean especialmente interesantes. Hacer que la persona fotografiada se dé cuenta de que ha participado en un proyecto creativo que puede ayudar aún más al resultado que buscamos: mejorar la autoestima.

Para este ensayo cualitativo, se recopilaron datos que las mismas modelos retratadas proporcionaron a través de técnicas de observación participativa con cada una de ellas durante las sesiones para entender un poco como se perciben a sí mismas y con cuestionarios aplicados al mostrarles sus fotos en los que las modelos explicaran cómo mejoró su autoestima o si lo hizo en todo caso. Se decidió de esta manera la aplicación de la observación participativa primero y el cuestionario después para

primero escuchar, observar y entender el comportamiento de las modelos durante la sesión fotográfica y sin decirles nada, ver que es lo que ellas pensaban de sí mismas previamente a mostrarles sus fotos y así cuando se observaran retratadas en las fotografías, con el cuestionario respondieran si las estás ayudaron a mejorar su autoestima o no.

Para el tema de desnudez y autoestima, los teóricos se deciden al método de investigación personal es decir estar ellos mismos a los lugares a ver con sus propios ojos a los sujetos de investigación además que se entrará en el entorno de las mujeres para poder fotografiar su vida y sus cuerpos. Ayudado de algunos otros ensayos fotográficos como el de Matt Blum llamado “La Mujer Verdadera” (2013) y algunos otros fotógrafos expertos en el tema de desnudez femenina como lo es Spencer Tunick, se desea lograr comprender a su vez el por qué la sociedad tiene distintos puntos de vista sobre la desnudez femenina especialmente y a pesar de ello como es que las mismas mujeres con las que convivimos a diario se aceptan a sí mismas tal y como son. Al concluir el ensayo fotográfico se podrá contribuir a una reflexión personal y académica desde las disciplinas sociales, así como también a discusiones científica y teóricas sobre el tema a tratar para así poder entender mejor la manera en que la desnudez influye sobre las mujeres.

V.- AUTOESTIMA DE LA MUJER Y LA FOTOGRAFÍA

Todos tenemos una imagen mental de quiénes somos, qué aspecto tenemos, en qué somos buenos y cuáles son nuestros puntos débiles, a esto se le llama autoevaluación o autovaloración según Rogers (1954). Nos formamos esa imagen a lo largo del tiempo, empezando en nuestra infancia. Gran parte de nuestra autoevaluación se basa en nuestras interacciones con otras personas y nuestras experiencias vitales.

A veces obtenemos un resultado positivo y otras veces obtenemos un resultado o autovaloración negativa. Cuando ocurre esto último, la persona se encuentra con serias dificultades para enfrentarse al mundo, así como a sus relaciones personales, familiares, etc. El 25% de nuestra autoestima, asegura Miren Larrazabal (2012), depende del físico. Tanta importancia le damos, y tan elevada es la exigencia, que pone en riesgo nuestra salud, nuestras relaciones sociales y nos hace desdichados y esto se puede observar en nuestra vida cotidiana. Lejos de desaparecer, el tabú se redirige a otra dirección. "Parece que solo pueden mostrar el cuerpo las personas jóvenes que se ciñen a unos cánones de belleza cada vez más exigentes, quienes no cumplen con esos requisitos provocan rechazo y son estigmatizados si se atreven a lucirlo. "¡Anda que está esa como para enseñar nada!" "¡No le dará

vergüenza mostrar esos pechos a su edad!". Esos comentarios revelan comportamientos muy negativos hacia los cuerpos con sobrepeso, maduros y no digamos ya en la vejez" (Larrazabal, 2012: 56)

Psicólogos como Allport (1961), Gardner (2012) y Murphy (1932) están de acuerdo que la autoestima empieza a formarse en la infancia y especialmente a través de los padres que son nuestro principal referente o espejo, debido a la importancia que se le otorga de pequeño a nuestras figuras de autoridad: lo que ellos nos digan sobre nuestra persona será lo que aceptamos como cierto sobre nosotros mismos, tanto las opiniones positivas como las negativas. Estas afirmaciones, se quedan grabadas en nuestro inconsciente y nos limitamos a pensar que somos realmente así. La opinión de los amigos y el trato que recibes de ellos tanto en la infancia como en la adolescencia es también otro factor importante que influye decisivamente en la formación de la autoestima.

“Una vez que la persona llega a la edad adulta tiene una autoevaluación más o menos estable de sí mismo conforme a las experiencias que ha ido viviendo y según también como las ha ido afrontando” (Murphy, 1932: 154). El éxito o el fracaso subjetivo de la persona le hará valorarse de una forma concreta teniendo tendencia siempre a valorarse de la misma forma.

Por tanto, la autoestima, bajo criterio propio es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos se juntan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que esperábamos.

¿Se puede cambiar la autoestima negativa a una autoestima positiva?

La respuesta según la psicóloga Eva Navarro es que sí. Se puede cambiar el punto de vista de tu persona a uno más realista que te ayude avanzar y a valorarte por encima de las circunstancias. (2014) Uno de los principales problemas que tienen las personas es la “falta de confianza en sí mismas, no son conscientes realmente de sus cualidades personales ni físicas y ello conlleva que tengan un comportamiento bastante dañino hacia ellas mismas.

La “falta de confianza en sí mismo/a” así como la baja autoestima lleva a la necesidad de compararse e identificarse con modelos sociales para conseguir su aprobación e impide comprender que cada persona es única y diferente. Esta

comprensión se puede alcanzar con una sesión de fotos donde ves tus rasgos físicos y tus aptitudes más personales quedan reflejadas. A lo largo de la sesión se aprende a dejarse llevar por las indicaciones de un profesional y a abandonar posturas y actitudes rígidas que has desarrollado a lo largo de tu vida. El profesional intenta siempre sacar lo mejor de ti, así que se crea la necesidad de confiar en él (Albir, 2018).

Una experiencia muy positiva que conlleva una subida de autoestima es una sesión de fotografía o book realizada por un buen profesional. Se trata de una experiencia de autoconocimiento de uno mismo (Navarro, 2014).

Siendo realistas, muchas mujeres luchan con problemas de autoestima como lo podemos observar en nuestro entorno día a día. Esto es especialmente cierto a medida que todos envejecemos, tienen hijos, vemos como nuestros cuerpos cambian, y nuestras relaciones van desarrollándose. Aquella joven, que gastaba sus cheques en el centro comercial y pasaba horas arreglándose antes de una cita, hoy día casi puede parecer otra persona. Con los incómodos decorativos; los jeans ajustados, por los pantalones de yoga y un itinerario lleno de compromisos es fácil olvidar que todavía aquella chica sexy está en tu interior.

Sin embargo, los expertos en fotografía como Christa Meola, piensan que a veces todo lo que necesitas es un buen recordatorio. Una de las mejores formas más tangibles de mostrarse que, no sólo aquella jovencita sigue ahí, ahora más sexy y mejor que nunca por la experiencia y la madurez, es a través de la belleza de la fotografía conocida como “boudoir”.

Christa Meola en su libro *The Art of Boudoir Photography* dice que la fotografía boudoir ofrece una manera artística y palpable para que las mujeres y sus parejas puedan ver por sí mismas que todavía son sensuales y hermosas. Cuando una mujer ve una foto en la que puede verse a sí misma como toda una hermosa diva de revista, puede ser un gran estímulo para su confianza a la misma vez que puede despertar su sensualidad (Meola, 2012). Las fotos “boudoir” son tomadas por profesionales expertos, quienes se valen de la iluminación y la ayuda imprescindible de un artista de peinado y maquillaje para resaltar los mejores rasgos de la belleza de una mujer.

No importa si tienes 30, 40 o 50 años de edad, hacerse bellas imágenes cada cierto tiempo puede ser una manera muy personal y poderosa para documentar la sensualidad de una mujer y una emocionante manera de mantener una relación refrescante con su pareja.

Según Eva Navarro, es recomendable esta actividad para personas que han pasado por experiencias que conllevan una valoración negativa de uno mismo y, por supuesto, también a nivel profesional para la gente que busca hacerse un hueco en el mundo de la moda tomará soltura y saldrá con la autoestima fortalecida. No importa la edad, siempre es buen momento para vivir una experiencia así, tenga un fin profesional o no.

Navarro (2014) cuenta según sus experiencias, que es un trabajo en equipo donde el resultado es una gran satisfacción personal para ambas partes. Las partes reflejan una parte de ti mismo/a que solemos esconder por no creer en nuestras posibilidades, por miedo a “no dar la talla” o no “ser suficientes” según el canon establecido. Las personas con alta autoestima a su vez salen con la autoestima reforzada porque confirman lo que ya de por sí saben de sí mismas y siguen descubriendo aspectos nuevos de ellas mismas.

Ver la imagen propia reflejada hace ver si el valor que te das a ti mismo o la imagen que tienes de ti misma es la real, y que es lo que transmites a los demás o, por el contrario, si tu imagen forma parte de una creencia errónea que te has ido formando a través del comportamiento de otras personas contigo y de tu relación con el entorno y has adoptado como ciertas las creencias que tienen otras personas sobre ti sin ponerlas a prueba.

Por propia experiencia en el poco tiempo siendo fotógrafo, puedo decir también que los efectos positivos de una buena sesión de fotos son entre otros los siguientes:

- Mayor seguridad los movimientos propios.
- Mayor seguridad en la actitud propia.
- Mayor seguridad en los gestos
- Le enseña a la persona (modelo) a confiar en otra persona, en este caso, en el fotógrafo.

Ser consciente de tus posibilidades reales y de tu potencial como persona es lo que te hace creen en ti mismo/a y avanzar a nivel personal buscando tus metas conforme a tu conocimiento personal y deseos. Decir también que la fotografía sirve como método de introspección para mirar dentro de uno mismo, para conocerte a ti mismo a través de tu cuerpo, tus gestos, tus movimientos, las sensaciones que transmites.

Después de citar el artículo *Autoestima y Fotografía* de Eva Navarro (2014), también sería interesante hacer algunas precisiones:

- Un retrato ha de favorecer a una persona, mostrando sus aspectos positivos. La idea de trabajar con la autoestima no es realizar un retoque intenso como en una fotografía publicitaria, sino demostrar a la persona que, con una iluminación adecuada,

un trabajo profesional, el material adecuado y el enfoque preciso se puede conseguir una imagen muy positiva de cada uno.

Un profesional de la fotografía intentará captar lo mejor de la persona y aportarlo. No siempre es belleza: puede ser una mirada profunda, una gestualidad amable, una marca en la piel o un rostro irónico. Todo el mundo tiene algo que ofrecerle a un objetivo y es trabajo del fotógrafo enfrentarse al trabajo y conseguir un resultado positivo. Si no lo consigue, habrá fracasado, sea cual sea el rostro de la persona que tiene delante. Esto no quiere decir que se puedan hacer milagros: si una persona se empeña en colocarse ropa que le perjudica manifiestamente o rechaza diametralmente los consejos, la imagen final puede ser menos buena de lo que se conseguiría en un entorno perfecto. Pero sí hay posibilidades de salir bien (Albir, 2018).

La fotogenia importa durante los dos primeros minutos. Solo eso. Una persona fotogénica es la que sale muy bien en la foto que le hacen en una fiesta. Pero una persona normal con un fotógrafo profesional, debe salir bien. Es el trabajo del fotógrafo, que tiene herramientas y experiencia para conseguirlo. Así que la fotogenia no existe y no debería preocupar a nadie que acuda a un fotógrafo profesional. Citando palabras de la maestra Amparo Gómez Castro, coordinadora de *In Focus* y del

diplomado de fotografía en la UAEMex: *Si no eres fotogénico es porque no has tenido un buen fotógrafo.*

Recalcar por último que la fotografía sirve como método de introspección para mirar dentro de uno mismo, para conocerte a ti mismo a través de tu cuerpo, tus gestos, tus movimientos, las sensaciones que transmites. Una experiencia muy divertida que conlleva una subida de autoestima.

VI.- Desnudando el Alma

Quisiera empezar este apartado del ensayo explicando un poco la inspiración de las fotografías en este ensayo: Lina Scheynius. Lina es una fotógrafa sueca, que fotografía todo a modo de diario público, y pese a todo, consigue esa intimidad y esa calidez en sus imágenes: sus amigos, su familia, ella misma, sus amantes, y modelos. En sus fotografías, cuerpos desnudos, partes únicas de esos cuerpos, lo que les diferencia de otros cuerpos. Lina utiliza siempre, o casi siempre, la luz natural sobre todo los amaneceres, que son maravillosos, esa luz débil, pero tan potente. Ubica muchas de sus fotografías en el ámbito doméstico, en su cama, con las sábanas arrugadas, en la habitación, en la cocina, en el salón, etc.

De aquí que todas las fotografías del ensayo fueran ubicadas en lugares cotidianos del hogar y sin luz artificial con la intención de mostrar la naturalidad del cuerpo, los rostros y lo que muchos

podrían definir como defectos en las mujeres retratadas y que así destilaran sensualidad y demostrarles que no se necesita ser una súper modelo para ser bella.

Como ya fue mencionado antes en este ensayo se decidió hacer una observación participativa en las sesiones, es decir, además de tomar las fotografías, observar y escuchar todo lo que las modelos decían y hacían. Para empezar cada una de ellas al hacer la convocatoria preguntaron si era necesario alguna medida del cuerpo y les expliqué que no ya que quería retratar mujeres reales y no mujeres de revista. Durante la sesión, se tomaron como ejemplo para las poses fotografías de modelos esculturales a propósito para ver la reacción de las modelos. Especialmente al principio todas tenían comentarios negativos acerca de sus perfiles del rostro o sobre su cuerpo. *“Es que ella está más pechugona”, “Es que ella no tiene lonja”, “Esa pose no porque no tengo tanta bubi”*, entre tantas otras. Como ya lo mencioné antes, esto fue a propósito para ver que reacción tenían. Frases negativas de su cuerpo o decir que la modelo de la foto de ejemplo estaba *“más buena”* se presentaron mucho durante el comienzo de la sesión. Después de cierto rato al mostrarles sus retratos en el visor de la cámara se sorprendían de lo bien que se veían y solas empezaron a desenvolverse frente a la cámara por lo que se dejaron de utilizar las fotos de ejemplo nuevamente a propósito. Ellas mismas proponían

alguna pose que habían visto en redes sociales que querían recrear y así se fue dando la sesión, a tal grado que al finalizar cada una de las sesiones la memoria de la cámara terminaba con quinientas o más fotografías.

Después de haberles dado una muestra, el mismo día de lo que fue su sesión no se les mostraban todas las fotos ya que en eso constaba la segunda parte con el cuestionario. Las chicas regresaban a casa contentas de haberse visto muy bien en sus fotos, algo que no se esperaban. Pasaron los días y me preguntaban si ya estaban listas sus fotos porque estaban ansiosas de verlas.

Uno de mis propósitos como fotógrafo desde un inicio fue jamás retocar en Photoshop ningún retrato, ya que siempre he creído que una persona no es fea, sino que cada uno tiene una belleza particular y eso es lo que debe ser retratado. Cicatrices, lunares, sonrisas, etc. Algo que nos hace únicos a todos por lo que las fotografías de este ensayo solo pasaron por un revelado básico. Mejorar la iluminación de la fotografía, quitar sombras, aumentar un poco el color, etc. Al terminar de revelar las fotografías se escogieron tres o cuatro de cada modelo más la sesión completa que se les entregaría.

Días después se les citó para mostrarles las fotos y aplicarles el cuestionario. Aquí fue el momento en que las cosas cambiaron.

Veían sus fotos y se emocionaban al verlas y aquí fue también donde las expresiones acerca de su cuerpo o su postura cambiaron. “*Me amo*”, “*Me encantan mis piernas*”, “*Mi lunar se ve hermoso en esa foto*” fueron algunas de las frases que dijeron mientras pasaban las fotografías. Después de mostrarles las tres fotos que se escogieron para el ensayo se les aplicó el cuestionario en el cual se les preguntaban cosas como ¿Qué es la autoestima? Si sabían o no que era el erotismo, entre otras. Las preguntas principales eran las últimas del cuestionario donde se les preguntaba que pensaban de ellas mismas previamente a la sesión fotográfica y cuanta autoestima tenían. Además de preguntarles también si había mejorado su autoestima después de ver sus fotografías. Las respuestas de las modelos en el cuestionario fueron favorables y todas se apreciaron a sí mismas de otra manera y descubrieron que no importa la figura, no importan las marcas del cuerpo o si se tiene más busto o no. Descubrieron que al final la seguridad en uno mismo es lo que nos hace bellos ya que también ellas mismas comentaron que las fotos que más les gustaron fueron las que se tomaron después de que desnudaron su alma frente a la cámara.

“Ya me voy a dejar tomar más fotos porque si me veo muy bonita” dijo una de ellas. El propósito de tomar las fotos primero y el cuestionario después fue principalmente para eso mismo,

para que ellas se dieran cuenta de lo bellas que son y para mostrar si su autoestima había sido elevada o no.

Al final de todo para ellas fue una experiencia nueva y favorable y para mí fue una oportunidad de mostrarle a alguien más lo que siempre ha sido mi propósito como fotógrafo de retrato y de desnudo: No necesitas tener cierta talla o cierta vestimenta para ser alguien hermoso, todos merecemos ser retratados.

Quisiera terminar este apartado con una cita de Spencer Tunick que me marcó como fotógrafo y que me ha inspirado a retratar el desnudo:

"El cuerpo desnudo interviene el espacio urbano desnudo para vestirse ambos de arte, mi trabajo estará siempre ligado a los desnudos. Forman parte de mi identidad como artista y aún tengo muchas ideas relacionadas con el tema".

FOTOGRAFÍAS



**"LAS FOTOS DESTACABAN COSAS QUE
ME GUSTAN MUCHO DE MI, COMO MI
SONRISA"**



**"SOY EL ORGULLO DE MI ABUELA QUE
ES LA VERGÜENZA DE LA FAMILIA"**



**"MI CUERPO ES PERFECTO, MI BELLEZA
ES ÚNICA"**



**"ME MOTIVÓ VER MI SENSUALIDAD
REFLEJADA EN UNA FOTO"**



"ME SENTÍ SEGURA DE MI MISMA"



**"ESTA EXPERIENCIA VIENE A INICIAR UN
NUEVO CICLO EN MI VIDA Y MI
MOMENTO"**



**"WOW, SOY YO, MIS HERIDAS Y MIS
EXPERIENCIAS"**



"EN VERDAD SOY HERMOSA"



**"ME GUSTÓ MUCHO COMO ME VEÍA EN
VARIAS FOTOS"**



**"SOY UNA MUJER INTELIGENTE,
VALIENTE Y PODEROSA"**



**"DESPUÉS DE LA SESIÓN ME GUSTO
MÁS Y ME ACEPTO MÁS"**



**"¿CÓMO CHINGADOS NO ME VOY A
QUERER SI ESTOY BIEN BONITA?"**



**"ESTA SESIÓN ME LLENÓ DE VALOR PARA
MOSTRARME TAL CUAL FRENTE A UNA PERSONA
DISTINTA Y UN LENTE QUE GUARDARÁ MI CUERPO Y
NO QUIEN SOY A SIMPLE VISTA"**



**"ME MOTIVÓ EL MOSTRAR MI CUERPO
SIN PREJUICIOS Y SIN MIEDO AL QUE
DIRÁN"**



**"NO PENSÉ QUE PUDIERA YO VERME
TAN BIEN"**



**"ME VALORO, ME QUIERO Y ME
RESPETO"**



**"EL DESNUDO FEMENINO NO ES UN TABÚ
NI ES ALGO MALO"**



**"DEJÉ QUE OTROS ME JUZGARAN
CUANDO LA ÚNICA JUEZ SIEMPRE DEBÍ
SER YO... ME AMO"**



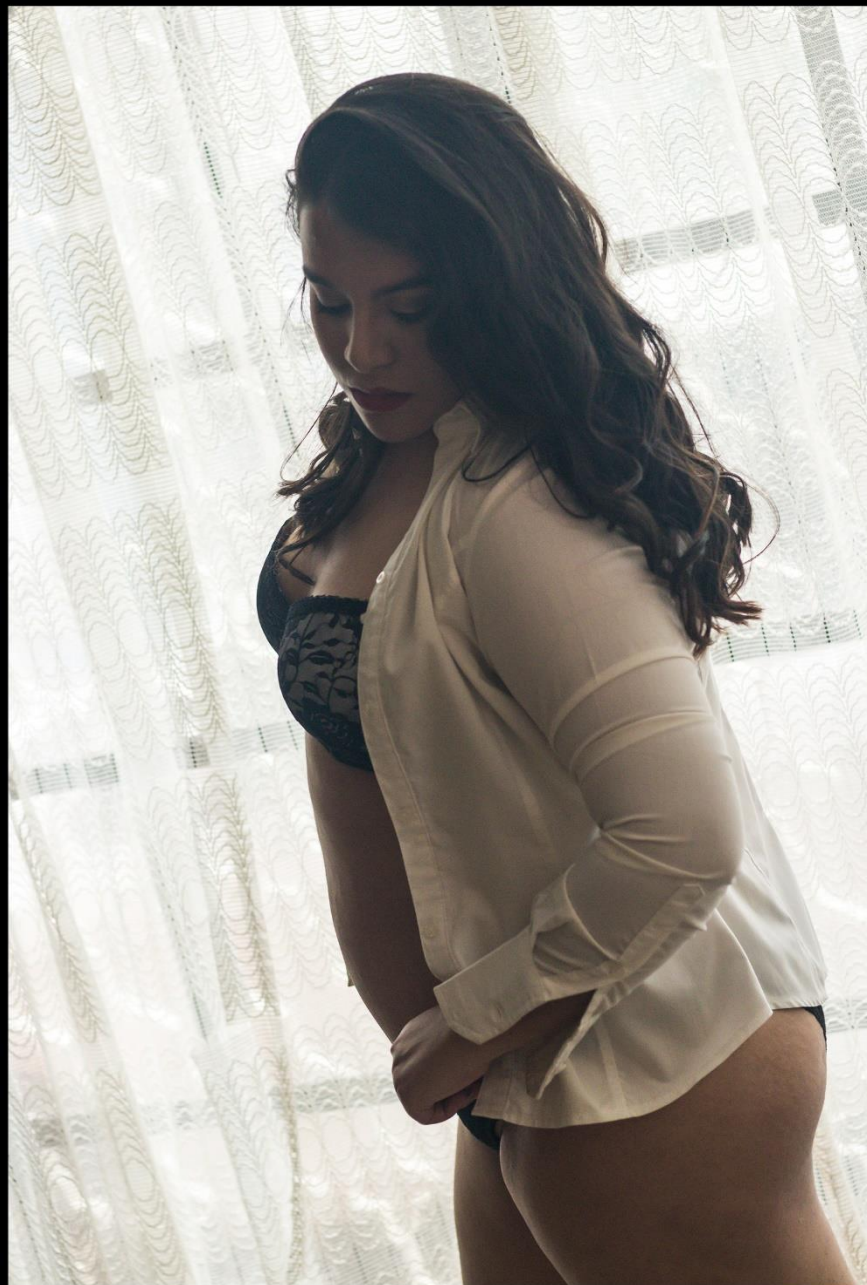
"SOY SENSUAL"



**"MI AUTOESTIMA MEJORÓ CON ESTA
SESIÓN, ME SENTÍ CÓMODA Y FELIZ CON
LOS RESULTADOS"**



**"EN REALIDAD ME SORPRENDÍ DE VER
TODO LO QUE SOY"**



**"AMARME TAL Y COMO SOY, ES LA
MEJOR DECISIÓN QUE HE TOMADO"**



**"ACEPTO CADA PARTE DE MI, DESDE LA
MÁS MÍNIMA ESTRÍA HASTA LOS 4 CM
QUE MIDEN MIS OJOS"**



**"ME SIENTO MÁS SEGURA DE MI MISMA
Y DE MI BELLEZA AL NATURAL"**



**"CONSIDERO QUE NO ENTRO DENTRO DE
ALGÚN ESTEROTIPO DE PERFECCIÓN,
PERO ME VEO MUY BIEN"**



**"RECONOZCO EL VALOR EN MI MISMA
POR REAFIRMAR UNA AUTOESTIMA QUE
A LO MEJOR CREÍA PERDIDA"**



**"LA NETA SE VA A RAYAR EL QUE ME
TENGA"**



**"CARIÑO, TIENES LAS OLAS DEL MAR
TATUADAS EN LA PIEL"**



**"VI LUGARES Y ENFOQUES QUE DE MI NO
HABÍA VISTO DESDE ESE ÁNGULO Y ESTO
VIENE A REVOLUCIONAR MI VIDA"**



**"ME DI CUENTA QUE PUEDO SER YO
MISMA EN TODO MOMENTO"**



"MI AUTOESTIMA AUMENTÓ UN PUNTO A PESAR DE QUE BATALLÓ MUCHO CON EL DESEO DE TENER UN CUERPO MÁS ESBELTO"



**"SEGUÍ PASANDO LAS FOTOS Y ME VEÍA
COMO ME SIENTO: TRANQUILA, FELIZ,
SEGURA"**



**"TENGO EL PODER Y LA ACTITUD DE
QUITARME LAS ATADURAS"**



**"NO TENGO MIEDO A EXPRESARME TAL
Y COMO SOY"**



"ME SIENTO BASTANTE BIEN CON MI CUERPO. ME GUSTA EL COLOR DE MI PIEL, ME GUSTA COMO ME LUCEN CIERTOS ATUENDOS Y ME GUSTA COMO SOY"

CONCLUSIONES

El tema principal del ensayo siempre fue la autoestima de las mujeres, en especial en chicas que crecieron en una cultura en la que el cuerpo de la mujer se vio envuelto en polémicas y paradigmas como el decir que ser delgadas, con medidas de 90-60-90 era lo hermoso. Como ya se mencionó antes en el ensayo la autoestima es la forma en que cada mujer se valora a sí misma, la suma de cómo se siente respecto a su apariencia, a sus habilidades, a su conducta, cómo integra las experiencias del pasado y cómo se siente valorada por los demás. Es su mundo interno al completo.

La autoestima no es voluntaria, espontánea o natural, como lo dice Allport (1961) proviene de las condiciones de vida y de lo que cada una ha experimentado al vivir su vida. Por lo tanto, la autoestima no es individual, sino social. Por lo que he observado durante toda mi vida con primas, amigas y más personas, las mujeres parten de una valoración social inferior que la de los hombres y por esa razón, la baja autoestima se encuentra más frecuentemente en mujeres, especialmente en aquellas que han crecido en una familia con roles tradicionales, donde se dan a menudo los malos tratos psicológicos como silencios, actitudes negativas, expresiones, tonos de voz, miradas significativas y negación de la mirada a todos los miembros del género femenino. Además de los comentarios de personas ajenas a la

familia como las amigas de la mamá llamando gordita a la hija, los compañeros de la escuela que al ser adolescentes prefieren chicas que tienen un físico parecido a las modelos de las revistas o actrices, primos burlones, etc.

Todas estas formas de maltrato interfieren y condicionan la autoestima de las mujeres. De hecho, está comprobado por una encuesta realizada por el World Association of Girl Guides and Girl Scouts (2016) que la peor secuela psicológica de las víctimas de malos tratos por parte de su entorno social es la baja autoestima que padecen y que llega a hacerlas perder su propia identidad.

También este ensayo a través del tipo de fotografías tomadas trataba de elevar la autoestima de las modelos como menciona la fotógrafa Christa Meola y mostrar que ellas también pueden ser modelos hermosas y sensuales sin la necesidad de mucho maquillaje, ni Photoshop, tampoco tener un enorme busto o abdomen plano como las modelos que se ven en la actualidad.

Para conocer un poco más a fondo lo que las modelos pensaban tanto de autoestima como de erotismo en la fotografía se realizó un cuestionario en el que las modelos describían su percepción acerca de dichas palabras, sobre su autoestima y sobre cómo se sintieron al realizar la sesión fotográfica y comprobar que lo

que Christa Meola decía acerca de que una sesión boudoir mejora la autoestima era cierto.

Todas las chicas que participaron en este proyecto sabían que era la autoestima y lo describieron como: *“esa capacidad de amarse y aceptarse a sí misma, sin embargo, también representando vivir sin complejos.”* Lo cual demuestra que las mujeres en efecto tienen la noción del significado de autoestima. También respondieron que el cuerpo de la mujer se ha convertido en un tabú o visto como algo malo ante la sociedad porque se ha sexualizado demasiado en los medios visuales.

Ninguna de las modelos piensa que el desnudo femenino sea algo malo ya que resalta la belleza natural de la mujer, sin embargo, piensan que la gente cree que está mal porque incluso desde un aspecto religioso se ha asociado al cuerpo de la mujer con el pecado y lo malo, de ahí que el morbo crezca. Acerca del erotismo saben perfectamente que es lo relacionado con la sensualidad, la belleza y lo romántico y que la fotografía erótica trata sobre resaltar esos aspectos del modelo que está frente a la cámara.

Entrando al tema de la autoestima de cada una, las opiniones fueron alentadoras ya que de las nueve modelos solo una se sentía con la autoestima baja. Del 1 al 10, siendo 1 la más baja y 10 la más alta, la mayoría respondió entre 8 y 9 mientras que

la modelo restante respondió 5 porque su aspecto físico no le gusta lo suficiente. A su vez todas respondieron que en algún momento de su vida no se sintieron lo suficientemente bellas para salir a la calle sin maquillaje o a mostrar partes de su cuerpo por miedo a lo que las demás personas pensarán sobre ellas.

Les pregunté también que fue lo que las motivó a participar en este proyecto y las respuestas fueron alentadoras. Dijeron que las motivó el mostrar su cuerpo sin prejuicios y sin miedo al qué dirán. Sin embargo, una de ellas respondió diciendo que quería saber lo que los demás pensaban de ella lo cual muestra que de alguna manera en ese momento se sentía presionada por lo que la sociedad pensara pero que al final lo hizo como un reto a sí misma para ayudarse a mejorar su autoestima.

Las fotos se les mostraron el día que se les realizó el cuestionario a cada una respectivamente por lo cual también les pregunté acerca de cómo se percibieron a sí mismas después de verse retratadas de esa manera. Ninguna podía creer lo que vio en sus fotos, quedaron sorprendidas y muy felices con sus retratos.

Sin embargo, la misma modelo que no se sentía bien con su cuerpo comentó que a pesar de sentir que en las fotos se veía bien, siguió viendo partes de su cuerpo como algo que no le gustaba y los seguía viendo como algo negativo.

Por último, se les preguntó si después de la sesión y de ver sus fotos sintieron que su autoestima había elevado para comprobar lo que Christa Meola dice y en efecto todas respondieron que sí, aunque una de ellas solo respondió que su autoestima se elevó un poco, las demás respondieron positivamente ya que ahora se sienten más valientes por haber dado este gran paso y se sienten muy cómodas con su cuerpo y su esencia sin temor al qué dirán.

Después de haber terminado el proyecto mis conclusiones como fotógrafo serían: Nosotros nunca queremos mirarnos en el espejo, nos aterra tomarnos fotografías e incluso usamos editores en la computadora o filtros en las redes sociales para quitar “lo feo” de nuestro cuerpo en las imágenes. La moda, las presiones sociales, las comparaciones, son todos enemigos íntimos que nos hacen mucho daño y van eliminando el poco amor que tenemos por nuestro cuerpo. El cuerpo, entendido como el lugar que nos da una entidad física y nos permite actuar sobre el mundo externo es una parte más que importante de nosotros, junto a las emociones y pensamientos forman un “todo”, eso que nos diferencia del resto de las personas. Los cánones de belleza actuales y la percepción errónea de lo que es la salud nos llevan a odiar esa cáscara que nos envuelve.

Para poder ofrecer todo el respeto que se merece a nuestro cuerpo, una buena idea es empezar por entenderlo. No es un

ser malvado que quiere hacerte ver mal, sino que habitualmente se comporta de manera perfecta y en su complejidad puedes encontrar un gran aliado, especialmente si sabes interpretar sus señales. Aun cuando no lo cuidamos lo suficiente, el cuerpo es esa barrera o ese escudo que nos protege de los ataques ajenos. Muchas veces somos nosotros mismos los que perjudicamos a ese amigo tan especial comiendo lo que no es saludable, haciendo dietas excesivas o no poniendo demasiada intensidad en el deporte que practicamos. Ese cuerpo al que tanto aborrecemos y no quieres ver reflejado en el espejo, que escondes apagando la luz en la intimidad con tu pareja o que evitas mostrar llevando ciertas prendas es el que te acompañará por el resto de tu vida. Tienes el poder de cambiarlo o mejorarlo

Los medios de comunicación, la publicidad y la sociedad tienen tanto poder como para lograr que una muchacha deje de comer para parecerse a una modelo o que un chico se lo pase en el gimnasio levantando pesas para ser tan atractivo como los actores de Hollywood. Sin embargo, el significado de “belleza” (en lo que al cuerpo se refiere) es bastante relativo y se va modificando con el tiempo. Por ejemplo, en el Renacimiento las mujeres hermosas eran las que hoy necesitan tallas especiales. En la cultura árabe, las chicas demasiado delgadas no son las más buscadas por los hombres para casarse. Y como estos podríamos dar decenas de ejemplos. Más allá de lo que la moda

imponga, lo cierto es que el cuerpo es la mejor posesión con la que contamos. Que le cambiarías alguna parte, pues claro, todo es mejorable. Pero no por eso tenemos que despreciar lo que ya es.

La mayoría de las personas están disconformes con su cuerpo. Los delgados quisieran ser más corpulentos, a otros les gustaría tener un cuerpo más estilizado, los altos están cansados de ver el mundo desde arriba y los bajos de tener la sensación de que no les toman en serio. Aceptar no quiere decir quedarse de brazos cruzados y que nada cambie. Significa empezar el día queriéndote y entendiendo la belleza que escondes y también la que muestras. Sitúate frente al espejo o frente a una cámara, de ser posible sin ropa, y analiza cada centímetro, prestando mucha atención a lo que ves y a las sensaciones que te ofrece. Puede que sientas cierto rechazo al principio, pero pasados los primeros minutos te acostumbrarás. Posa tu mirada en tu cabello, en tu rostro, en el torso, en las piernas. Detente en lo que más te guste: tu nariz, tus hombros o tus ojos.

Más tarde busca las zonas que no sean de tu agrado. Pero esta vez en lugar de criticar acéptate a ti misma. Puede parecer fácil en la teoría, pero no tanto en la práctica, te lo digo por experiencia propia, ya que algún tiempo sufrí las mismas inseguridades acerca de mi cuerpo aun siendo hombre, pero entendí que el cuerpo no es todo, solo las personas superficiales

se enamoran de un cuerpo. Lo importante es cómo eres y lo que sabes hacer, aceptando tus defectos es la única manera en la que te puedes liberar de toda presión social. Finalmente, no te olvides de todas esas personas que desearían tener un cuerpo como el tuyo. Porque por supuesto que las hay. Acepta tus formas, tus irregularidades, tus relieves y tus tamaños. No eres solo el envase que te envuelve, también eres tus pensamientos, tus ideas o emociones.

Como fotógrafo debes tener la profesionalidad y el buen ojo para mostrar en una imagen lo mejor de una persona o algún objeto. Me gustaría añadir que cuando efectuamos una fotografía erótica corremos el peligro de cruzar la fina línea que separa este tipo de fotografía de la pornografía. Siempre se debe captar con enorme belleza lo que es el cuerpo humano, sin caer en la vulgaridad de lo explícito o de lo soez. La fotografía erótica es una disciplina complicada que intenta mostrar, desde el máximo respeto y sensibilidad, toda la belleza que atesora el cuerpo humano. En este tipo de fotografías es vital la iluminación y la composición final, donde la pose del modelo es fundamental a la hora de crear una imagen llena de sentimientos y emociones.

La fotografía erótica es desafío constante, un difícil baile entre la belleza del cuerpo humano y el tabú que representa en nuestra sociedad. Porque no nos engañemos, estamos cansados de ver cuerpos casi desnudos en la publicidad (y jugando

explícitamente con el sexo) y cuando se trata de arte parece que se mira con otros ojos.

Cabe mencionar que para varias de las modelos era su primera sesión de fotografía erótica y, para mí como fotógrafo, fue un gran honor haber sido quien las ayudara a quitarse un poco ese estigma que se tiene acerca de su propio cuerpo y que ellas me brindaran la confianza de hacerlo. Confianza que por ningún motivo pensaba defraudar. Me quedo con una gran conformidad de saber que ayudé a las modelos a través de mi trabajo a quererse un poco más, a sentirse cómodas sin ropa o con lencería frente a una cámara y a que no le tengan miedo al mundo, que no oculten su cuerpo porque no es algo de que avergonzarse.

Christa Meola (2012) dice que hacerse por voluntad propia una sesión de fotografía Boudoir ayuda a las mujeres a sentirse hermosas, lo cual la sociedad actual les limita por no tener un cuerpo escultural, pero lo cierto es que ninguna mujer debe sentirse fea, ninguna mujer debe sentirse menos ante los demás. Una mujer debe sentirse querida, hermosa y sensual sin importar el aspecto físico que es lo que primero nos llega a los ojos al conocer a alguien. Es por eso que las fotografías de este ensayo quisieron demostrar que no debería existir un cuerpo “perfecto” mientras se tenga una sonrisa que llene el alma, no importan las estrías en los glúteos mientras tengas una gran personalidad y

fortaleza, que lo principal es mostrar seguridad y al mostrar seguridad sobre sí misma, no importa si no se tiene el cuerpo de Scarlett Johanson o cualquier modelo, siempre la mujer será hermosa tal y como es al desnudar el alma.

Trabajos citados

Albir, S., 2018. *Archer Photo*. [En línea]

Available at: <https://www.archerphoto.eu/una-sesion-de-fotos-como-herramienta-para-mejorar-la-autoestima/>

[Último acceso: 13 Junio 2019].

Allport, G., 1961. *Pattern and growth in personality*. segunda ed. Nueva York: Holt, Rineheart and Winston.

Amado, S., 2010. *Sergio Amado Gallery*. [En línea]

Available at: <https://sergioamadogallery.wordpress.com/historia-del-desnudo-fotografico/>

[Último acceso: 11 07 2019].

Anónimo, 2019. *Historia del arte erótico*. [En línea]

Available at: http://www.historia-del-arte-erotico.com/arte_griego/index.htm

[Último acceso: 11 07 2019].

Aquino, T. d., 1988. *Summa Teológica*. cuarta ed. Madrid: BAC.

Arts, O., 2017. *Origen Arts*. [En línea]

Available at:

<https://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjPqoe2mJDYAhXGKCYKHROBDhUQFggoMAA&url=https%3A%2F%2Forigenarts.com%2Fla-metodologia-en-un-proyecto-fotografico%2F&usg=AOvVaw0RQPtnXimV7NXB4mgoBjeH>

[Último acceso: 11 07 2019].

Baetens, P., 2007. *Nude Photography: The Art and Craft*. Londres: Dorling Kindersley.

Benavente, R. P., 2014. *El Confidencial*. [En línea]

Available at: https://www.elconfidencial.com/tecnologia/2014-06-08/las-redes-sociales-y-los-desnudos-una-relacion-problematica_142928/

[Último acceso: 12 05 2019].

Bianco, F., 1976. *Sexología Clínica*. primera ed. Caracas: C.I.P.V.

Cañellas, M. M., 2008. *Homines.com*. [En línea]

Available at:

https://www.homines.com/arte_xx/fotografia_desnudos_artisticos/index.htm

[Último acceso: 12 06 2019].

Cárdenas, G. H., 2006. *Archive Today*. [En línea]

Available at:

<http://web.archive.org/web/20061021230153/www.lapsusweb.net/pages/p05/desnudo.htm>

[Último acceso: 21 05 2019].

Cobo, R., 2011. *Hacia una nueva política sexual..* Primera ed. Madrid: Libros de la Catarata.

Duarte, J. D. T., 2014. *El Espectador*. [En línea]

Available at: <https://www.elespectador.com/noticias/cultura/perturba-desnudez-breve-recorrido-historia-del-desnudo-articulo-508852>

[Último acceso: 13 Junio 2019].

Ducret, D., 2014. *La Chair interdite*. Paris: Albin Michele.

García, M., 2017. *Zeleb*. [En línea]

Available at: <http://www.zeleb.mx/n/el-desnudo-femenino-como-herramienta-de-empoderamiento-021384>

[Último acceso: 17 06 2019].

Gardner, H., 2012. *El desarrollo y la educación de la mente*. segunda ed. Buenos Aires: Paidós.

Jones, J., 2008. *The Guardian*. [En línea]

Available at:

<https://www.theguardian.com/artanddesign/jonathanjonesblog/2008/oct/14/art>

[Último acceso: 11 07 2019].

Larrazabal, M., 2012. *Sexo para Torpes*. Madrid: Anaya Multimedia.

Ledo, M., 1998. *Documentalismo Fotográfico*. Madrid: CATEDRA.

León, V., 2018. *Huffpost*. [En línea]

Available at: https://www.huffingtonpost.com.mx/valeria-leon/conocer-a-la-mujer-que-interpreta-a-la-rea-rompio-mis-prejuicios-machistas_a_23440858/

[Último acceso: 13 04 2019].

Levy, A., 2005. *Female Chauvinist Pigs*. Nueva York: Free Press.

Louis-Prat, J., 2008. *A Body Without Limits*. segunda ed. Venecia: Paperback.

Meola, C., 2012. *The Art of Budoir Photography*. Nueva York: ANAYA MULTIMEDIA.

Miranda, E., 2015. *Blasting News*. [En línea]

Available at: <https://mx.blastingnews.com/ocio-cultura/2015/05/el-tabu-del-arte-al-desnudo-a-traves-del-tiempo-00378617.html>

[Último acceso: 11 07 2019].

Montalbán., F. J. S., 2012. *Cervantes Virtual*. [En línea]

Available at:

http://www.cervantesvirtual.com/bib/portal/pac/artistas/fcosanchez/textos/erotismo_c.htm

[Último acceso: 11 07 2019].

Morales, M. C., 2019. *Psicología y mente*. [En línea]

Available at: <https://psicologiamente.com/sexologia/erotismo>

[Último acceso: 11 07 2019].

Murphy, G., 1932. *Approaches to personality*. primera ed. New York: Coward-McCann, inc.

Navarro, E., 2014. *Archer Photo*. [En línea]

Available at: <https://www.archerphoto.eu/autoestima-y-fotografia/>

[Último acceso: 13 Junio 2019].

- Navazo, B., 2016. *Mujer Hoy*. [En línea]
Available at:
<http://www.mujerhoy.com/vivir/psicologia/201607/01/desnudo-femenino-orgullo-prejuicios-20160701144357.html>
[Último acceso: 11 07 2019].
- Rico, A., s.f. *Desnudo y sus controversiales estilos*. [Arte] (Shotlighting).
- Rodríguez, C. P. Q. y. M. R., 2010. El cuerpo femenino: desnudos de mujer en el arte del siglo XIX. *El Genio Maligno*.
- Rogers, C., 1954. *Psychotherapy and personality change*. Chicago: Dymond, & Rosalind.
- S/A, 2017. *BULB*. [En línea]
Available at: <http://bulb.cl/la-democratizacion-la-imagen/>
[Último acceso: 13 Junio 2019].
- S/N, 2017. *La Silla Rota*. [En línea]
Available at: <https://lasillarota.com/yosoitu/viral/el-pais-donde-las-mujeres-hacen-mas-topless/169607>
[Último acceso: 11 07 2019].
- Scouts, W. A. o. G. G. a. G., 2016. *World Association of Girl Guides and Girl Scouts*. [En línea]
Available at: <https://www.wagggg.org/es/what-we-do/u-report/girl-guiding-and-girl-scouting-polls/poll-9-self-esteem-and-body-image/>
[Último acceso: 22 Enero 2019].
- Shield, W., 1968. *El desnudo en el arte*. Barcelona: Plaza & Janés.
- Taylor, R. P., 2002. *Antropología y Complejidad*. Madrid: GEDISA.
- The Adventure of Photography*. 1998. [Película] Dirigido por Pilippe Azoulay.
s.l.: s.n.

