

# TOC digital. Sobre el orden, el trastorno y la autorregulación de los usuarios

Antonio Ferreira  
Martín<sup>1</sup>



Recibido: 14/9/2022 - Aceptado: 16/12/2022 -  
Publicado: abril/2023

Madrid, 1989. Artista, investigador y doctor en Bellas Artes –Premio Extraordinario de Doctorado del curso 2020-21–. Autor de la tesis *Tecnopatías post-alfabéticas: lectoescritura performativa y somatización de internet* (2021) y del libro *Palabra parpadeo* (2016). Actualmente es docente en la Facultad de Artes Visuales y Creación digital y en el Área de Artes Escénicas de la Escuela Universitaria de Artes TAI, coordina el proyecto *FOMO (Fear Of Museum Out)* del Museo Reina Sofía y es editor técnico de la revista *Re-visiones* –ISSN 2173-0040– desde 2018. Su trabajo ha sido activado en espacios como la Sala de Arte Joven de la Comunidad de Madrid (2017, 2019 y 2022), las *Picnic Sessions* del Centro de Arte Dos de Mayo (2017), la Sala Amadis de Injuve (como comisario de *Estudio\_Escritorio* en 2017, como artista en 2020 y en artes escénicas en 2022), la *Escuela Perturbable* del Museo Reina Sofía (2018-2019) y el taller *LabOratoria* en La Casa Encendida (2020).

— — — — —  
1. Escuela Universitaria de Artes TAI y Área de Educación del Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía, España

antonio.ferreira@taiarts.com  
ORCID: 0000-0002-9851-4549

## Resumen

La lógica digital imperante basada por defecto en el cálculo milimétrico y la indexación al por mayor, la datificación biométrica y la pulsión cuantitativa puede resultar propicia para exacerbar algunas características del Trastorno obsesivo-compulsivo o TOC. Esta investigación traza un recorrido por las amplísimas capacidades de ajuste que ofrecen las empresas tecnológicas y reflexiona sobre las posibilidades de adecuación que los usuarios hacemos para adaptarnos de la manera más personal a los dispositivos o a los programas. Al catálogo de manías de uso que oscilan de lo psicológico a lo meramente administrativo u ofimático podemos llamarlo TOC Digital. No obstante, la intención no es esbozar un diagnóstico sobre una nueva tecnopatía, sino poner en relación y en confrontación una serie de características del cuadro clínico con las de la realidad tecnocapitalista actual.

**Palabras clave:** ordenador, TIC, TOC, control, ajuste

## [en] Digital OCD: On the Order, Disorder and Self-regulation of Users

### Abstract

The prevailing digital environment based by default on millimetric calculation and wholesale indexing, biometric data and quantitative drive may be conducive to exacerbating some characteristics of Obsessive-Compulsive Disorder or OCD. This research takes a tour of the vast adjustment capabilities offered by technology companies and reflects on the adaptation possibilities that users make to adapt in the most personal way to devices or softwares. We can call this catalog of manias that range from the psychological to the merely administrative Digital OCD. However, the intention is not to outline a diagnosis of a new technopathy, but rather to relate and confront a series of characteristics of the clinical picture with those of the current techno-capitalist reality.

**Keywords:** Computer, ICT, OCD, control, adjustment

## Ordenar

De pequeño me obsesionaba la idea de la existencia de una máquina abstracta que tuviera la capacidad de contar y localizar a todas las hormigas vivas del mundo con un mero chasquido mental. Ahora, en el entorno figital<sup>1</sup> de la datificación ubicua, existen plataformas como Worldometer que facilitan estadísticas actualizadas en tiempo real. Produce cierta ansiedad contemplar ese espasmódico dígito que intenta luchar por que la población llegue a los 8 billones, que certifica que hay más de 5 billones de usuaries de internet o que se fabrican más ordenadores que bicicletas –151 millones frente a 97, a 19 de agosto de 2022<sup>2</sup>–.

La computación conforma la capa subcutánea de la informática, así que no resulta extraña esa facilidad cuantificadora de la idiosincrasia de internet. Por otro lado, nuestra relación con los dispositivos es epidérmica, yendo de la *nomophobia* –miedo a salir de casa sin el móvil– al *FOMO* –miedo a perderse algo–. Tocamos el smartphone miles de veces al día y lo desbloqueamos con un patrón personalizado sin parar, como un acto reflejo. Lo compruebo en la herramienta de bienestar digital de mi Android. Estamos condicionades por los números del banco, por los de la tarifa de datos mensuales o por los exiguos MB disponibles en la memoria. Por no hablar de la ansiedad que puede generar el número de visitas que tiene un vídeo en YouTube, una simple *story* de doce segundos en Instagram y la cantidad de *Likes* Por Post –LPP–. La sensación de sentirnos meros números de un engranaje no se origina, desde luego, en las décadas de las Redes Sociales –RRSS– e internet 2.0, pero lo que sí se acentúa es la excesiva y fácil visualización de todo nuestro compendio de datos.

El imperativo de la productividad y la competitividad neodigital<sup>3</sup> al que nos arrastra la continua publicación de nuestras experiencias hace que nos obsesionemos con las calificaciones. Puntuamos compulsivamente todo: desde reseñas de hoteles o restaurantes en Tripadvisor y críticas en FilmAffinity, hasta aspirar a ser *local guide* en Google Maps o hacer una *TIER LIST*<sup>4</sup> de lo primero que se

nos ocurra. Es tal la pulsión evaluadora, que finalmente parecemos disfrutar menos de las experiencias, porque la era del *hype* de las RRSS se basa en la seducción de la expectativa, en que todo acto puede ser susceptible de cambiarnos la vida, de ser inolvidable. Del mismo modo, creemos que todas nuestras opiniones son importantes<sup>5</sup>.

Si nos guiamos por la literalidad de la palabra, un ordenador sirve literalmente para ordenar. El sistema operativo de mi ordenador de sobremesa da la opción de ordenar carpetas o ítems de cualquier tipo por nombre, clase, fecha de la última apertura, fecha de inclusión, fecha de modificación, fecha de creación, tamaño o etiquetas [Fig. 1]<sup>6</sup>. Mi pulsión alfabética me inclina siempre a elegir la primera opción. Esta ingenua duda recurrente, accesible a un clic derecho, es capaz de modificar todo un sistema taxonómico de pensamiento que otrora conllevaría mucho debate y largo tiempo. Coronando este documento de Word, cientos de ajustes permiten maquetar de la manera más automática –menos costosa–. Surge entonces una

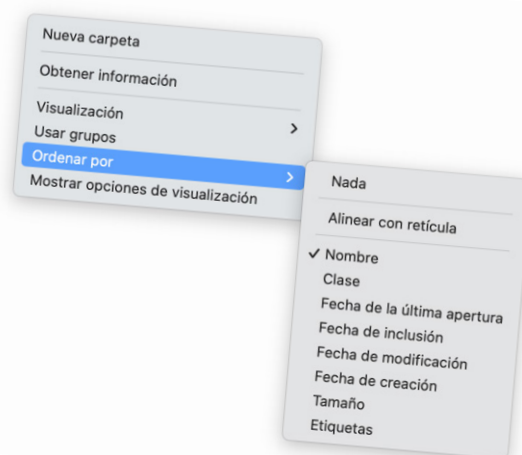


Figura 1. Ferreira, A. (2022). [Captura de pantalla de las opciones de ordenación del sistema macOS Monterey].

1. El término alude a la fusión de las realidades físicas y digitales, proponiendo una nueva en la que se difuminan sus barreras. Recomendaciones de uso: <https://www.fundeu.es/recomendacion/fisigital-adaptacion-de-phygital/>

2. Worldometer en castellano: <https://www.worldometers.info/es/>

3. Parónimo –inventado– de la palabra «neoliberal».

4. Una TIER LIST o lista de niveles es una clasificación subjetiva. Proviene de la cultura gamer, pero recientemente se ha exportado al resto del

universo 2.0 para difundir la opinión de expertos, personajes populares o influencers.

5. Las dos últimas oraciones del párrafo surgen de un parfraseo de lo que me parece una actualización de la idea de «*hedonia depresiva*» (Fisher, 2018, p. 50) hecha por el conocido streamer JuanSGuarnizo, disponible a partir del 04:32 del siguiente enlace <https://youtu.be/GMcmM-1MiMbc?t=272>

6. Cada imagen de este artículo está girada entre 1º y 3º como uso performativo respecto a la ortogonalidad digital.

perfección maquina ortogonal que, por arte de software, estructura y compone el display de la interfaz grafica de usuario.

Más concretamente, en castellano, la palabra ordenador es «un galicismo derivado de *ordinateur*, como se le dice a la computadora en francés, palabra que a su vez proviene del latín *ordinator*» (BBC, 2016). Es decir, un ordenador es capaz de ordenar espaciotemporalmente las formas, pero también de ordenar como imperativo, pues «*ordinateur*» significa quien ordena —en referencia al mandato divino— y pone orden en el mundo.

En otro peldaño de la familia semántica, se ve cómo «computar» viene del latín *putare*, que significa tanto pensar como podar. Es de necesidad entonces recortar la extrema frondosidad de los archivos digitales antes de que se nos pudran en carpetas. Debido a la sobreproducción, la hiperexpresividad y el sobreacumulamiento digital, es obligatorio gestionar y borrar el contenido de los aparatos regularmente. Le usuario se ve en la inercia de olvidar para descargar —y pensar— nuevos ítems: amnesia legitimada. Entendiendo lo anterior, no parece casualidad que casi la mitad de las webs del mundo sean creadas por los denominados «gestores de contenido» o CMS, como WordPress, y que la consultora de organización Marie Kondo estuviera incluida en la lista de las personas más influyentes de 2018 según la revista Time.

Un algoritmo se entiende generalmente como un conjunto ordenado de operaciones que permite hallar la solución de un problema. En la cotidianidad digital, no obstante, la sensación de encorsetamiento por un ente misterioso y acosador al que llamamos algoritmo, es habitual. Estamos delimitados por lo que nos ofrece, es la muralla feudal del gusto del siglo XXI. Dicho conjunto ordenado de operaciones proviene de nuestras decisiones pasadas y puede condicionar una decisión futura: teletransporte y telepatía. Y, ¿qué problema intentan solucionar estos superalgoritmos? La respuesta se mueve entre un «acompañamiento algorítmico de la vida destinado a ofrecer a cada ser o entidad, y en todo momento, el mejor de los mundos posibles» (Sadin, 2018, p. 26) —una hibridez cuerpo-máquina cada vez más sincronizada— y burdas estrategias invasivas de neuromarketing. Les usuarios actuamos como quien «necesita fanáticamente controlar, pero que también es víctima él mismo del control que lo domina y lo posee» (Fisher, 2018, p. 51). Habitualmente, elegimos la primera opción que los algoritmos de búsqueda nos proponen o nos dejamos seducir por los repetitivos banners que dan cuenta de lo que susurramos la noche anterior. No obstante, somos los usuarios quienes brin-

damos despreocupadamente información de toda índole y valores biométricos a unas pocas empresas privadas de San Francisco. Todo dato es susceptible de ser monetizado. Todo cuerpo es un icono andante.

A pesar de lo racional de los procesos científicos de la ordenación, la computación y la algoritmización, internet parece muy a menudo un constructo irracional. Por un lado, se puede pensar que la falta de experticia en los lenguajes informáticos conduce a elucubrar leyendas y a rellenar un vacío de conocimiento técnico y, por otro lado, es posible pensar que son las características de cálculo y rendimiento superiores a las del cerebro humano de las que hace gala la tecnología actual las que insinúan realidades paranormales. Así, desde la tecnología militar-universitaria de ARPANET de 1969 se ha llegado hasta la astrología en formato meme.

Este entorno esquizofrénico, basado por defecto en el cálculo milimétrico y la indexación al por mayor, la datificación digital de lo corporal<sup>7</sup> y lo cuantitativo, puede resultar propicio para exacerbar algunas características del Trastorno obsesivo-compulsivo o TOC, las cuales se abordarán con más precisión en el segundo apartado. En esencia, el TOC digital es un comportamiento cómplice de las dinámicas de tecno-control y aúna las lógicas matemáticas con factores irracionales basados en la superstición y en la experiencia de la buena o la mala suerte.

Este artículo no tiene una pretensión diagnóstica para una tecnopatía inventada, sino que pone en relación y en confrontación una serie de características del cuadro patológico con las del entorno digital. Más especulativo que etiológico, no pretende normalizar, romantizar ni mucho menos ridiculizar el trastorno. Por otro lado, es en la banalización actual del TOC donde este discurso entronca con una postura crítica y reflexiva, preguntándose si son precisamente las enormes posibilidades de ajuste informático las que propician tal despatologización del trastorno, usándolo como metonimia de perfeccionismo o comportamiento maniático.

### **Trastorno obsesivo-compulsivo y tecnologías relacionadas**

Mover las facciones de la cara mientras se lee o escribe.

Un sorbo de alguna bebida fría que saboreo y moja mis

7. Para profundizar en el concepto de datificación se recomienda la tesis de Alejandra López Gabrielidis (2020) *Datificación e Individuación. Estudio sobre la corporalidad digital en prácticas artísticas contemporáneas*.

comisuras.

La mano que rasca o masajea zonas dormidas del cuerpo, la mirada perdida entre alguna tecla desgastada o más sucia que las demás durante dos o tres segundos.

Subirse las gafas que resbalan.

Mirar sospechosamente a la webcam.

(Zafra, 2015, pp. 36-37)

La enumeración es un parafraseo de una serie de acciones inconscientes con las que Remedios Zafra describe en *Ojos y capital* (2015) su habitual modo de estar frente a la pantalla. Me gusta pensarlo como los tics que tenemos en las TIC –Tecnologías de la Información y la Comunicación<sup>8</sup>–. La ecuación performativa del TOC digital se percibe en pequeñas manías de tiempos y disposición. Por ejemplo, como ritual, cada día abro dos cuentas de correo –la personal y la institucional– en dos pestañas que sitúo, siempre, a la izquierda de las distintas pestañas que empleo para navegar. En una sesión normal, miro al menos tres vídeos de YouTube como calentamiento. Hay usuaries que no soportan el modo oscuro y otros dejan el modo claro por pereza, lo que afectará muy probablemente a su salud ocular. Los *widgets* que sobrevuelan el fondo de pantalla del *smartphone* construyen una relación cuasi perfecta entre estética y usabilidad.

El vigente *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* o *DSM-5* (APA, 2014) incluye al TOC en la categoría y capítulo «Trastorno obsesivo-compulsivo y trastornos relacionados». Inicia describiéndolo de la siguiente manera:

El TOC se caracteriza por la presencia de obsesiones y/o compulsiones. Las obsesiones son pensamientos, impulsos o imágenes recurrentes y persistentes que se experimentan como intrusivos y no deseados, mientras que las compulsiones son conductas repetitivas o actos mentales que un individuo se siente impulsado a realizar en respuesta a una obsesión o de acuerdo con reglas que deben aplicarse rígidamente (p. 235).

Tras varios minutos haciendo *scroll* por una conocida red

8. Los tics o manías de comportamiento de les usuaries fue el tema que impulsó *T I C S*, un proyecto musical que realicé entre 2016 y 2019 compuesto por cuatro videoclips, uno de ellos titulado <TOC>. Enlace a la lista de reproducción: <https://youtube.com/playlist?list=PLS9P5G1s-6Lz58DixV54ldwyuSzFEX07R3>

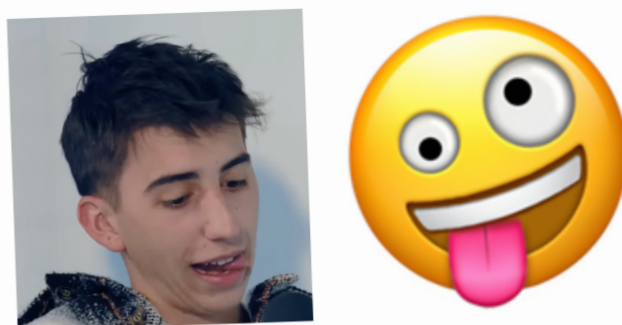


Figura 2. Ferreira, A. (2022). [Diseño a partir del fotograma recortado que muestra la mueca de Goorgo y el emoji «zany face» [cara de bobo]].

social, la infinita cascada visual se me presenta recurrente, incluso experimento algunas imágenes como intrusivas –*trigger warning*–. Las compulsiones son las conductas que se realizan para aliviar la ansiedad producida por las obsesiones, y una gran cantidad de contenido paliativo y relajante como lo *Satisfying* o el ASMR inunda internet. Pueden ser entendidas como los impulsos que nos permiten pasar del *like* al *hate* en un santiamén. Quizás en el TOC digital, la compulsión es una herramienta contra la distracción, pues nos orienta a centrarnos en algo, aunque sea de manera obsesiva. En 2021 se produjo una ecuación idónea entre catástrofe y compulsión, y es por eso por lo que el término *doomscrolling* fue una de las palabras en tendencia en Google<sup>9</sup>.

En las compulsiones, los comportamientos «no están conectados de una manera realista con los destinados a neutralizar» (APA, 2014, p. 237), es decir, con las obsesiones. Hay pues cierta incongruencia: estoy en el paro y me rasco la oreja debido a la incertidumbre. Lo intangible se somatiza y deviene en tic, ya que «Hasta un 30 % de los individuos con TOC tiene un trastorno de tics en la vida» (p. 238). Los gestos involuntarios fluyen de lo digital a lo físico. En el podcast *Club 113*, Jorge Orejudo, a.k.a. Goorgo, comenta que, cada vez que manda un emoji en particular, realiza gestos faciales que imitan la expresión catalogada por UNICODE<sup>10</sup> [Fig. 2].

9. «Doomscrolling» refiere al acto compulsivo de mirar noticias negativas en internet. El siguiente enlace muestra la tendencia de búsqueda en Google: <https://about.google/intl/es-es/stories/year-in-search-2021/trends/doomscrolling/>. En este otro artículo, «Así afecta el 'doomscrolling' a tu cerebro (y cómo ponerle remedio)», se relaciona directamente al doomscrolling con el TOC: [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2022-03-18/doomscrolling-psicologia-adiccion-moviles\\_3392675/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2022-03-18/doomscrolling-psicologia-adiccion-moviles_3392675/)

10. En el vídeo *Los MEJORES TICS y MANÍAS | CLUB 113* [13:45]: <https://>

Una persona puede estar convencida de que las creencias que le infiere el Trastorno obsesivo-compulsivo son ciertas (APA, 2014, p. 237). En internet, en la época de la ley de Poe, las *fake news*, la nueva sinceridad o posverdad y la proliferación de la(s) ironía(s), es lógico que nos cueste diferenciar una información veraz de un bulo. Además, parece que no tenemos tiempo para escudriñar la información y el 99% de las veces clicamos en el primer enlace que nos ofrece el SEO de Google. Se mezclan datos fehacientes y rumores cotidianos que «son simultáneamente mentira y verdad, pero sobre todo son realidad» (Zafra, 2015, p. 66). Es decir, las dos realidades conviven o, mejor dicho, generan una nueva.

Otros signos de conjunción entre la realidad del trastorno y la del internet tecnoliberal son la búsqueda de placer o gratificación momentánea, la necesidad de percibir que terminamos algo constantemente, los gestos repetitivos o creencias como «un sentido exagerado de la responsabilidad, la tendencia a sobrestimar las amenazas, el perfeccionismo, la intolerancia a la incertidumbre» (APA, 2014, p. 238). Una característica de las generaciones digitales, como la *millennial* —en la que me incluyo—, es sobreanalizar en exceso, preguntándose constantemente sobre el argumento de cualquier película, por ejemplo. A diario se ven amenazas por Twitter desde un perfil anónimo con su correspondiente y legítima denuncia o bloqueo. Nuestra escasa tolerancia a la incertidumbre se evidencia en cada reunión con los amigos gracias al acceso instantáneo a un conocimiento inconmensurable, del cual nos apoderamos para zanjar cualquier duda surgida en la conversación sobre la vida de un actor o actriz que apenas recordamos.

A continuación, presento un repaso por los tipos de TOC más habituales, relacionándolos con los hábitos tecnológicos:

TOC de limpieza. La fobia a los gérmenes y el pensar que el entorno está contaminado han sido normalizados tras la pandemia y el uso de gel hidroalcohólico. Durante los meses más restrictivos, se incentivó una frecuencia higiénica que antes solo se relacionaba con personas que sufren un Trastorno obsesivo-compulsivo<sup>11</sup>. Apropriadme de una afirmación de Darian Leader sobre el trastorno bipolar, puede percibirse cómo «Lo que en otro tiempo eran signos clínicos de psicosis maniaco-depresiva [TOC,

[youtu.be/oeKUC0-xcDU](https://youtu.be/oeKUC0-xcDU)

11. Se ha escrito mucho sobre un posible incremento de los síntomas del TOC en la etapa más dura de la pandemia. Sirva como recopilatorio el paper *Trastorno obsesivo-compulsivo en tiempos de COVID-19: una revisión sistemática*: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1989-38092021000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092021000200010)

en este caso], se han convertido ahora en el objetivo de las terapias y del aprendizaje para alcanzar el éxito» (2015, p. 10). Es decir, algunos síntomas que previamente se consideraban dentro de la diagnosis clínica pueden exportarse décadas después a la tendencia mayoritaria y dominante. El gestor de archivos de Android identifica archivos duplicados, muy pesados o con poca frecuencia de uso para «limpiarlos» y conseguir más almacenamiento. A pesar de todo, la fina superficie de los *smartphones* sigue siendo un foco de suciedad en bajorrelieve.

TOC de comprobación o verificación. Gracias a la función «Autoguardar» de los softwares actualizados, como en el que escribo, los infartos ofimáticos habrán disminuido, pero, a la vez, nos sobrevive inconsciente el hábito dosmilero de guardar varias veces y cada poco tiempo. La era de las copias de seguridad o *backups* insinúa que —admitámoslo— las máquinas no se fían ni un pelo de los humanos. Los softwares nos leen y nos hacen verificar las acciones. *¿Seguro que quieres enviar este mail sin adjuntar nada?*

TOC de orden y acumulativo. Piensa por un momento en todos los PDF acumulados que tienes por leer. Este tipo de TOC se caracteriza por el consumismo y la «adquisición excesiva de artículos que no son necesarios o para los que no hay espacio disponible» (APA, 2014, p. 236). La necesidad de borrar unos archivos es proporcional a la obsesión por acumular otros. Nos encontramos ante el demasiado habitual caso de tsundoku digital, dejando que se amontonen cientos de PDF en carpetas recónditas de nuestro disco duro. Tenemos más material acumulado del que podremos leer en vida.

TOC de repetición. La información emerge ipso facto a través de pequeños anglicismos «digitales» como *slide*, *swipe*, *tap*, *switch*, *swift*, *scroll*, *swap* o *flip*. La simbiosis con la pantalla discurre rápida como una onomatopeya. Habitualmente, consultamos los mismos *sites* o usamos comandos para añadir más filas a la ficha del Excel. La amnesia digital hace que saque mi exmemoria del bolsillo y mire el reloj y las notificaciones, una y otra vez. En una jornada de trabajo-ocio habitual, abrimos y cerramos pestañas, ventanas y distintos tipos de archivos constantemente, formando movimientos cortos que engrasan la cadena post-digital. Con una conducta repetitiva, mi dedo pulgar se desliza en una coreografía milimétricamente medida. *Like*, *scroll*, pulsar; vuelta a la página principal; *scroll*, pulsar, deslizar... *It's a Match!*

En otra tentativa de este experimento clínico-especulativo, una muestra de estructura de pensamiento del TOC digital podría ser:

Pensamos que no sabemos algo –FOMO– (obsesión) y por eso hacemos scroll (compulsión con la que recorreremos 180 metros al día con nuestros dedos<sup>12</sup>) o incluso doomscrolling.

Pensamos que no hacemos nada, que nuestra producción es más baja que la de les demás (obsesión) y por eso somos proactivos precarios (la compulsión de postear contenido cada poco tiempo), pero el resultado es la procrastinación.

Pensamos que notamos algo –vibración fantasma–, obsesionados con las notificaciones, y por eso desbloqueamos el teléfono cientos de veces al día (compulsión).

Pensamos que todo tiene que ser perfecto e inolvidable (obsesión), por eso criticamos, valoramos públicamente, puntuamos o reseñamos (compulsión).

El algoritmo nos intuye obsesionados con algo, y su trabajo es que compremos compulsivamente.

Para cerrar estas intuiciones, habría que percatarse de que lo neuroatípico ha sido habitualmente ponderado desde Silicon Valley con mantras como *Think different* en el lanzamiento del Mac en 1984 (Sadin, 2018, p. 67). Yendo del imaginario de esta «*tecnodivergencia*» al de la tecnodiversidad, puede intervenir el concepto ampliamente abarcado por Yuk Hui (2018) de la siguiente manera: la tecnología no es un universal; es constreñida por compulsiones particulares que van más allá de la funcionalidad<sup>13</sup>.

### Auto-ajustar(se)

En casa no tenemos TOC, tenemos COT, porque las letras tienen que estar ordenadas alfabéticamente.<sup>14</sup>

El TOC digital podría sumarse a la larga y creciente lista de las tecnopatías, tanto psíquicas, somáticas como temporales que un uso inadecuado de las tecnologías colonialis-

12. Remito al estudio *From bumping into strangers to missing your bus stop*, *OnePlus reveals we're a nation of super scrollers* [Desde chocar con extraños hasta perder la parada de bus, OnePlus revela que somos una nación de súper scrolleadores]: <https://www.oneplus.in/press-releases/presenting-nation-of-super-scrollers>

13. La frase original dice: «la tecnología no es un universal antropológico; es posibilitada y constreñida por cosmologías particulares que van más allá de la funcionalidad o utilidad. Por consiguiente, no existe una única tecnología, sino múltiples cosmotécnicas» (Hui, 2018, p. 11).

14. Frase dicha habitualmente por la madre de mi amiga María Campos.

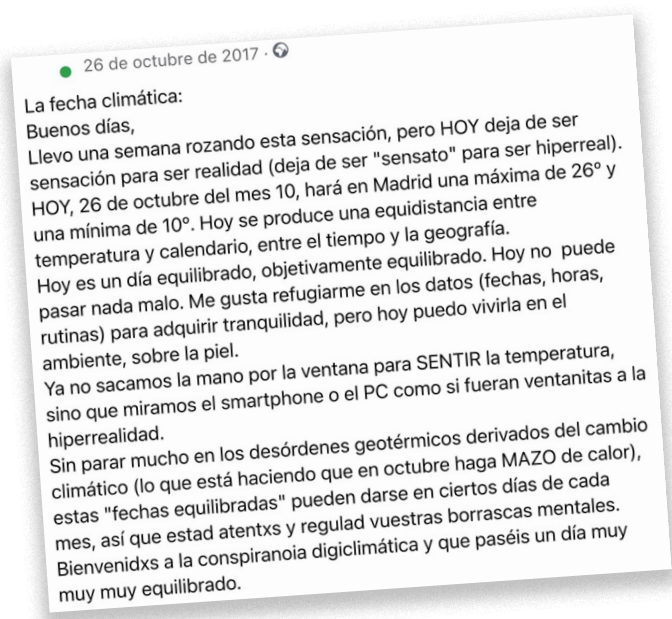


Figura 3. Ferreira, A. (2007). [Captura de pantalla del post La fecha climática].

tas provenientes de Silicon Valley puede causarnos como usuaries<sup>15</sup>. No obstante, este apartado final navega por algunas estrategias de ajuste usuarie-máquina, con especial atención a la práctica artística o tecnodiversa (Hui, 2018). Se trata de elasticidades, resistencias, disrupciones o hipérbolos del TOC digital. Pone en juego la capacidad de decisión y la ilusión de tomar activamente el control. Les usuaries han demostrado estrategias imaginativas para construir redes privadas y hackeos, eludiendo las trabas de la red oficial, más allá de poner un trocito pegajoso de papel en la *webcam* o de actualizar el antivirus<sup>16</sup>. Este TOC digital no consiste solamente en una lucha contra lo automático, sino que más bien plantea un perfeccionismo especulativo, una aceptación meta-irónica de las *cookies* o un manejo de futuros dispositivos anti-tecno-capitalistas.

Las posibilidades de ajuste, tanto de *hardware* como de *software*, son muchas: organizadores de cables, *hubs* USB, *playlist* para cualquier momento describable, barra de marcadores interminable, estudiar con el método Pomodoro, posponer la actualización –recordar mañana–, rastreos de ubicación, desactivar la predicción-corrección de texto, etc. Desde una posición técnica, hay que

15. Para expandir la información sobre las tecnopatías se recomienda el segundo capítulo de la segunda parte –*Somatizar internet*– de mi tesis doctoral (Ferreira, 2021, pp. 271-293).

16. Una buena muestra de estas acciones se encuentra en *Matar el internet*, de Zach Blas (2018, pp. 23-28).

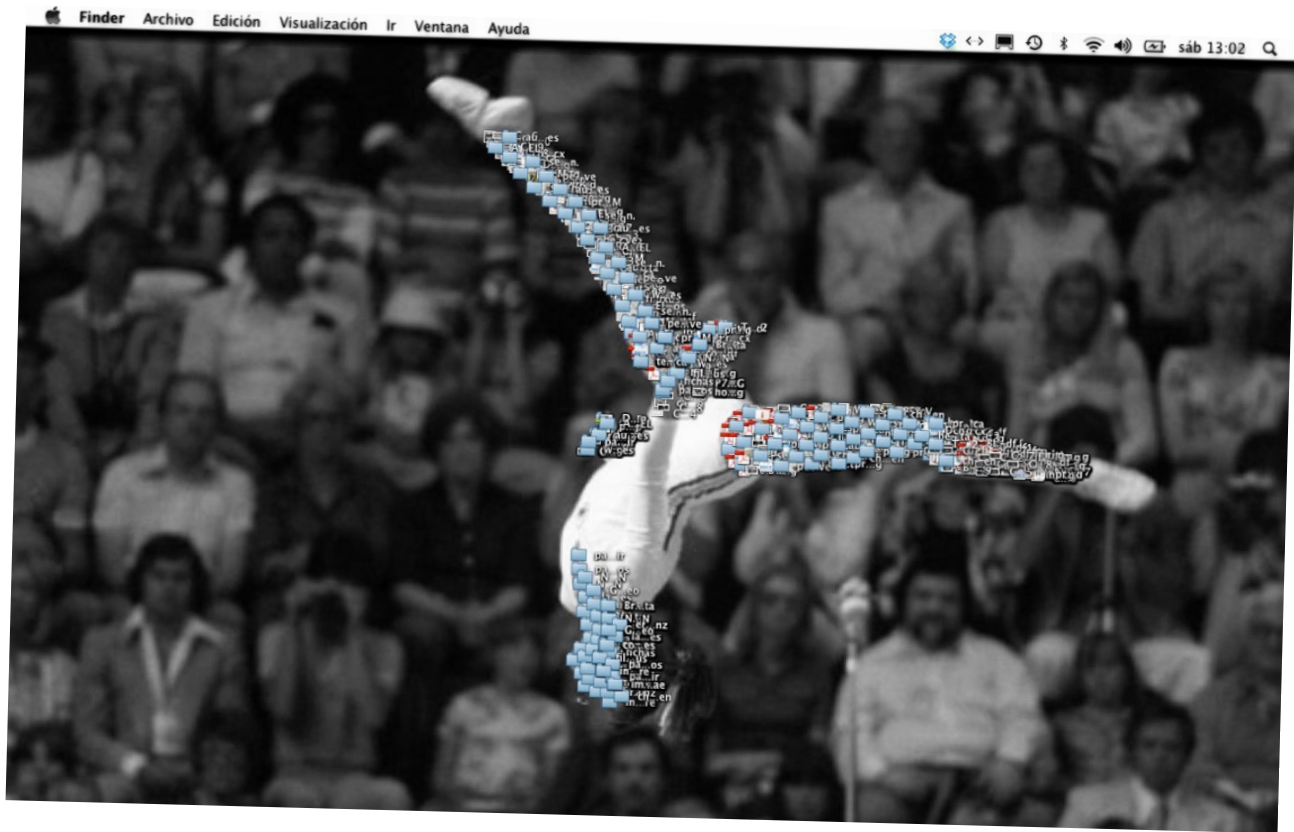


Figura 4. Escudero Andaluz, C. (2012). *File\_Món* [Captura de pantalla de composición digital]. [https://escuderoandaluz.com/2012/08/07/file\\_mon](https://escuderoandaluz.com/2012/08/07/file_mon)

señalar que los programas también dan la opción de «Ordenar por > Nada» —véase la Fig. 1—. En estas decisiones y en sus pequeños detalles se encuentra un TOC digital propositivo: en las esquinas del panel de control, en los confines de las preferencias del sistema y en el umbral de la papelera de reciclaje autolimpiable en treinta días.

La gestión de la vida mediante aplicaciones alcanza casi todos los rincones de la mente, del hogar, de la ciudad y de la anatomía. Miro la del tiempo muchas veces al día. Compruebo la temperatura en la pantalla en lugar de sacar el brazo por la ventana: hiperrealidad. Debido a lo anterior, en 2017 pude percatarme de una coincidencia que publiqué en una red social y que titulé *La fecha climática*. El 26 de octubre —26/10—, hizo en Madrid una máxima de 26 °C y una mínima de 10 °C [Fig. 3].

Ante las sensaciones innegables de estrés que puede causar la atención de los LPP —Likes Por Post—, algunas iniciativas parecen acercarse a un modo de contabilización algo más ético, a pesar de proceder de las grandes plataformas que suscitaron con sus políticas dichos es-

tados de ansiedad. Desde marzo de 2021 YouTube no visibiliza los *dislikes* en sus videos. Esconder de la mirada pública actos de odio puede ser una estrategia saludable, pero, al mismo tiempo, aporta un reflejo roto de una realidad y puede interpretarse también como una coartación de una opinión legítima. Otro caso similar es el de la opción de ocultar al resto de usuarios el recuento de *likes* en Instagram o Facebook —ambas de la empresa Meta—. Pienso que la medida, aplicada a partir de las actualizaciones de mayo de 2021, es susceptible de paliar la autoexigencia numérica, ayudando a mejorar la salud mental de los usuarios. Siendo optimistas, las anteriores estrategias se encaminan hacia la tercera de las implicaciones del «contrainternet» planteado por Zach Blas: «Un rechazo a la cuantificación en bruto y a la estandarización que las tecnologías digitales imponen como lente interpretativo para evaluar y entender la vida» (2018, p. 12).

Así mismo, sería sesgado un punto de vista que no concibiera el conjunto de datos que nos aporta la computación ubicua como algo potencialmente positivo. La recopilación del *Big Data* nos aporta a en ciertas ocasiones visiones extremadamente útiles para conformar ideas del

mundo imposibles de concebir por las capacidades humanas<sup>17</sup>.

Los ajustes que hacemos en el escritorio son el primer punto, o uno de los más visibles, para ser conscientes de las capacidades de ajuste, pues ese fondo de pantalla es la membrana entre lo *online* y lo *offline* —lo *onlife*, que diría Floridi (2016)—, entre lo psicológico y la administración. El orden en la interfaz gráfica de usuario es llevada a la hipérbole por César Escudero Andaluz en su serie de 2012 *File\_Món*<sup>18</sup>. En ella descarga imágenes que «son incorporadas al escritorio del ordenador donde se transforman mediante la superposición y distribución de iconos, ocultando pequeñas parcelas de información» (Escudero Andaluz en Ferreira, 2017, p. 30). La composición de archivos despliega acrobacias minuciosas, estéticas más que funcionales [Fig. 4], ya que la superposición impide un acceso fácil a los ficheros. En contraste con este «autocontrol» maniático y artesanal, parece que la ordenación por carpetas está llegando a su fin y las nuevas generaciones adquieren otros modos de organización, quizás con una mayor simbiosis con el sistema, puesto que encuentran archivos casi exclusivamente a través del buscador (Pastor, 2021).

El TOC digital es parte fundamental del eje tensional producido entre la ergonomía que busca cualquier empresa y la decodificación aberrante que ejercemos los usuarios cuando nos llega un producto a las manos. Entre lo hipoalérgico y lo orgánico, los manuales de uso terminan en la papelera de reciclaje del PC o en la papelera física atiborrada de escombros del teletrabajo. El mobiliario ergonómico y antiadherente se mancha de polvo de cheddar, como bien manifiestan las sillas de Pepo Salazar —*Dead Objects Do Things Together*, 2016— o la famosa serie de escritorios digitales desastrosos de Jon Rafman —*You Are Standing in an Open Field*, 2013—<sup>19</sup>. Un atlas de los desviados *displays* que elaboramos los usuarios es mostrado en cascada en Shitty Battlestations [Fig. 5], comunidad de Reddit creada en 2011 y referenciada como fuente en el video de Rafman con música de con la música de Oneoh-



Figura 5. r/blursedimages (2022). *Blursed gaming computer cooling*. [Imagen del hilo de Reddit Shitty Battlestations]. [https://www.reddit.com/r/shittybattlestations/comments/wle7sf/lots\\_of\\_leg\\_room\\_and\\_snacks\\_of\\_all\\_sizes/](https://www.reddit.com/r/shittybattlestations/comments/wle7sf/lots_of_leg_room_and_snacks_of_all_sizes/)

trix Point Never *STILL LIFE: BETAMALE* (2013)<sup>20</sup>.

Douglas Rushkoff expone en una conferencia estilo *TED Talk* que los estados neurológicos a los que nos conducen los ritmos de las notificaciones de la tecnología actual son solamente comparables cuantitativamente al nivel de señales que reciben los controladores aéreos<sup>21</sup>. Para no estrellarnos, las «esculturas» *Little Signals* realizadas por Google's Seed Studio y la empresa de diseño industrial Map Project Office<sup>22</sup> (2022), ponen sobre la mesa esta problemática. Son objetos en fase beta que huyen de la estruendosa vibración y de la cegadora luz led para integrar las notificaciones en una dinámica calmada.

17. Un ejemplo es el trabajo de Forensic Architecture, una agencia de investigación formada por artistas y programadores con un marcado carácter antirreaccionario. Véase el texto de Eyal Weizman (2020), para más información.

18. Este proyecto formó parte de la exposición *Estudio\_Escritorio*, la cual comisarié en 2017 en la sala Amadís de Injuve: <http://www.injuve.es/creacionjoven/noticia/estudio-escritorio>

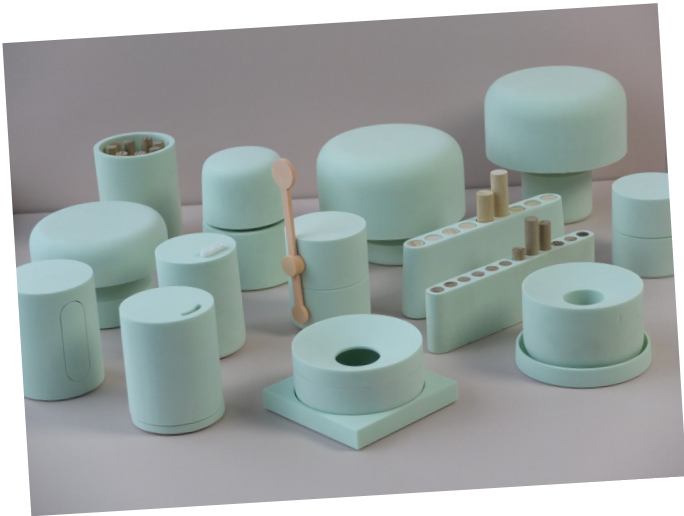
19. Para ampliar información y ver imágenes relacionadas, recomiendo el apartado de mi tesis «Ergonomía y dislocación» (Ferreira, 2021, pp. 299-305)

20. Enlaces: <https://www.reddit.com/r/shittybattlestations/> y <https://vimeo.com/75534042>

21. El video, con subtítulos en castellano [06:08]: <https://youtu.be/UZ-NEw9JYkk4>

22. Enlaces oficiales a *Little Signals*: <https://littlesignals.withgoogle.com/>  
<https://mapprojectoffice.com/work/google-signals/short>





Figuras 6. Google y Map Project Office (2022). *Little signals* [Dispositivos electrónicos para el hogar]. <https://mapprojectoffice.com>

*Little Signals* explora nuevos patrones de tecnología en nuestra vida diaria. Los seis objetos en este estudio de diseño hacen uso de diferentes señales sensoriales para señalar sutilmente la atención. Nos mantienen informados, pero suavemente, pasando del fondo al primer plano según sea necesario. (Google Seed Studio y Map, 2022)[Traducción propia].

*Little signals* supone un misil suave a la línea de flotación de las notificaciones. Resulta poco intrusivo, pero incita a la coordinación con otros objetos físicos del ámbito de lo doméstico, como una planta, y se inscribe claramente en el imaginario neodigital del teletrabajo post-COVID. ¿Es posible lograr el decrecimiento con las propias herramientas del amo<sup>23</sup>? Un punto positivo de *Little signals* es que es de código abierto, para que lo pueda fabricar cualquiera por su cuenta con poco más que un ventilador de ordenador y un Arduino.

Estos objetos podrían ser estaciones de batalla caldadas en la poética del Internet de las Cosas. Sin embargo, su cromatismo tenue y coleccionabilidad los hace presa fácil del TOC digital, mezclando de manera brillante-mate lo analógico y la alta tecnología, lo lento y lo rápido, el pasado y el futuro [Fig. 6 y 7]. La mayoría de expertos aconsejan desactivar las notificaciones como primer paso para mitigar la adicción tecnológica: ventanas emergen-

23. Esta pregunta alude al ensayo de Audrey Lorde *Las herramientas del amo no destruirán la casa del amo* [1979].

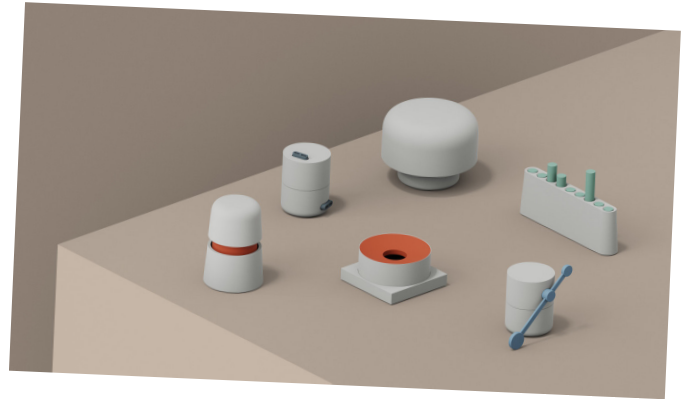


Figura 7. Google y Map Project Office (2022). *Little signals*. [Dispositivos electrónicos para el hogar] <https://www.akqa.com>

tes, vibraciones, suaves leds que susurran en la mesita de noche, tonos de mensaje que silban —chist, chist, hay algo para ti—.

Para concluir, podría decirse en primer lugar que, en el entramado tecnoliberal, «lo cuantitativo es cualitativo», aunque sea un mantra contra el que, en la mayoría de ocasiones, merezca la pena luchar. El empeño cuantificador es susceptible de revolverse en algo cualitativo y socialmente relevante cuando, por ejemplo, se crea en 2019 una cuenta de Instagram con la imagen de un huevo sobre fondo blanco para desbancar a la publicación con el mayor número de me gusta<sup>24</sup>, anteriormente atesorada por la *celebrity* Kylie Jenner con unos 18 millones. Aunque la pretensión comunitaria se tornase en competitividad con el imaginario vacuo del récord, pueden abrirse grietas anti-utilitaristas en la dictadura del *like*: para hacer una tortilla deben romperse unos cuantos huevos.

En segundo lugar, se puede pensar paradójicamente que en la cultura monotecnológica de la datificación apenas rozamos a controlar realmente algo. Sería injusto pensar que los pequeños gestos no nos aportan poder de uso y decisión, pero sería ingenuo a su vez pensar que el universo anteriormente abordado de las capacidades de ajuste no fluye primera y únicamente para beneficiar al

24. Enlace a la publicación de la cuenta @world\_record\_egg: <https://www.instagram.com/p/Bs0Gulcndj-/>

\*Según se termina de escribir este artículo, una publicación del 20 de diciembre de 2022 de la cuenta oficial del futbolista Leo Messi en la que se celebra la victoria en el Mundial se ha convertido en la que tiene más me gusta.

sistema hegemónico silicolonialista, para alcanzar más rendimiento y más tiempo dentro de esa interfaz que tan despreocupadamente acoplamos a nuestros hábitos y a nuestro gusto estético. Al fin y al cabo, la economía del dato aspira a «hacer de todo gesto, hábito o relación una ocasión de beneficio, pretendiendo de este modo no conceder ningún espacio vacante, intentando adosarse a cada instante de la vida y confundirse con la vida entera» (Sadín, 2018, p. 28).

El sistema semiocapitalista se muestra inestable cuando depende de rápidos gestos de dedos, susceptibles de descuido o desliz. Pero a les usuaries siempre nos quedarán resquicios para manosear y bucear en el fondo del sistema o de la pantalla. Así, este breve recorrido por la computación y la manía ha pretendido hacer visibles algunos rasgos psicológicos individuales en las lógicas de distribución global de internet.

\*El término TOC DIGITAL tiene 10 letras –impar primo + impar primo = par que equivale al número de dedos de las manos para contar—. El título del texto se compone de 13 palabras, número primo e integrante de la sucesión de Fibonacci, lista fractaloide que puede asemejarse al funcionamiento de la cadena de bloques o Blockchain.

## Referencias

- APA [American Psychiatric Association] (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®)*, 5ª Edición. Editorial Médica Panamericana
- BBC (2016, 7 de febrero). *¿De dónde surgió la palabra “computadora”?* [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160204\\_tecnologia\\_origen\\_palabra\\_computadora\\_finde\\_vs](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2016/02/160204_tecnologia_origen_palabra_computadora_finde_vs)
- Blas, Z. (2018). *Contrainternet*. Centro de Cultura Digital. [https://vision.centroculturaldigital.mx/media/done/zac\\_blas\\_contrainternet.pdf](https://vision.centroculturaldigital.mx/media/done/zac_blas_contrainternet.pdf)
- Escudero Andaluz, C. (2012). *File\_Món* [serie de arte digital]. [https://escuderoandaluz.com/2012/08/07/file\\_mon/](https://escuderoandaluz.com/2012/08/07/file_mon/)
- Ferreira, A. (2017). *Estudio\_Escritorio* [catálogo]. Injuve <http://www.injuve.es/conocenos/ediciones-injuve/estudio-escritorio>
- Ferreira, A. (2021). *Tecnopatías post-alfabéticas: lectoescritura performativa y somatización de internet* [Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio eprints UCM. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/64934/>
- Fisher, M. (2018). *Realismo capitalista: ¿No hay alternativa?* Caja Negra.
- Floridi, L. (Ed.). (2016). *The Onlife Manifesto. Being Human in a Hyperconnected Era*. Springer. [https://www.academia.edu/9742506/The\\_Onlife\\_Manifesto\\_-\\_Being\\_Human\\_in\\_a\\_Hyperconnected\\_Era](https://www.academia.edu/9742506/The_Onlife_Manifesto_-_Being_Human_in_a_Hyperconnected_Era)
- Google Seed Studio y Map (2022, abril). *Little Signals*. <https://experiments.withgoogle.com/little-signals>
- Hui, Y. (2018) *Fragmentar el futuro. Ensayos sobre tecnodiversidad*. Caja Negra.
- Leader, D. (2015). *Estrictamente bipolar*. Sexto Piso.
- López Gabrielidis, A. (2020). *Datificación e Individuación. Estudio sobre la corporalidad digital en prácticas artísticas contemporánea* [Tesis Doctoral, Universitat de Barcelona]. Dipòsit Digital UB. <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/170989>
- Pastor, J. (2021, septiembre). «¿Carpeta? ¿Qué es una carpeta? Las nuevas generaciones ya no organizan sus ficheros: el buscador lo encuentra todo». En *Xataka*. <https://www.xataka.com/aplicaciones/carpeta-que-carpeta-nuevas-generaciones-no-organizan-sus-ficheros-buscador-encuentra-todo>
- Sadín, É. (2018). *La silicolonización del mundo. La irresistible expansión del liberalismo digital*. Caja Negra.
- Weizman, E. (2020). Verificación abierta. En Giráldez López, A. y P. Ibáñez Ferrera (Eds.), *Nuevos Formatos Nuevos Imaginarios* (pp. 126-150). Bartlebooth.
- Zafra, R. (2015). *Ojos y Capital*. Consonni.