

## Metáforas, vida cotidiana y construcción de “mundo”. Metáforas de mujeres para compartir su experiencia en un grupo de Facebook de Querétaro en 2020

**Metaphors, Daily Life and Construction of “World”. Women's Metaphors for Sharing their Experience in a Facebook Group**


**Metáforas, vida cotidiana e a construção do “mundo”. Metáforas das mulheres para partilhar a sua experiência num grupo do Facebook**

**Métaphores, vie quotidienne et construction du « monde ».  
Métaphores de femmes pour partager leur expérience dans un groupe Facebook**

 <https://doi.org/10.48162/rev.48.093>


**Rosario Barba González**

Universidad Autónoma de Querétaro  
México

 <https://orcid.org/0000-0003-2285-2522>  
[rosario.barba@uaq.mx](mailto:rosario.barba@uaq.mx)

**Juan Granados Valdéz**

Universidad Autónoma de Querétaro  
México

 <https://orcid.org/0000-0003-4020-9055>  
[juan.granados@uaq.mx](mailto:juan.granados@uaq.mx)

### Resumen

Desde una perspectiva fenomenológica, se reconoce que las metáforas no solo son expresiones lingüísticas, sino que también reflejan la estructura conceptual y la comprensión del mundo de quienes las utilizan. Los grupos de Facebook brindan un espacio percibido como seguro para que las mujeres compartan experiencias y busquen apoyo mutuo en temas

sensibles, utilizando metáforas que reflejan su comprensión del mundo y la búsqueda de conexión. Por lo tanto, se aprovechó un grupo de mujeres centrado en la crianza y la maternidad, de diversidad de entornos de actividades, aunque con perfiles de clase media. Se seleccionó una publicación y sus comentarios para indagar sobre las metáforas que emplean para describir su entorno de vida. El análisis identificó cinco dimensiones nativas de constructos que las participantes emplean para describir con la carga emocional, resiliencia, empoderamiento, transformación, equilibrio, colaboración y responsabilidades. Estas metáforas ofrecen una visión de las complejidades de la experiencia femenina en la sociedad contemporánea, mostrando cómo las mujeres buscan comprensión y empoderamiento en el espacio virtual de las redes sociales.

**Palabras clave:** experiencia, metáforas, roles de género, redes sociales, comunidad virtual

#### **Abstract**

From a phenomenological perspective, it is recognized that metaphors are not only linguistic expressions, but also reflect the conceptual structure and understanding of the world of those who use them. Facebook groups provide a perceived safe space for women to share their experiences and seek mutual support on sensitive issues. Therefore, the opportunity is taken to observe the metaphors they use to express their emotions and experiences, reflecting a shared understanding of the world and their search for connection and community. The analysis revealed five categories of metaphors: those related to emotional charge and resilience, personal empowerment and transformation, balance and collaboration, and gender responsibilities. These metaphors provide insight into the complexities of gender roles in contemporary society and how they are shared and related in the virtual space of social networking groups. In this way, the metaphors shared in these groups offer a window into women's shared concerns and experiences, as well as their quest for understanding, connection, and empowerment in a digital world that reflects and shapes social realities.

**Keywords:** experience, metaphors, gender roles, social networks, virtual community

#### **Resumo**

De uma perspectiva fenomenológica, reconhece-se que as metáforas não são apenas expressões linguísticas, mas também reflectem a estrutura concetual e a compreensão do mundo de quem as utiliza. Os grupos do Facebook constituem um espaço considerado seguro para as mulheres partilharem as suas experiências e procurarem apoio mútuo em questões sensíveis. Por conseguinte, é utilizado para observar as metáforas que utilizam para expressar as suas emoções e experiências, reflectindo uma compreensão partilhada do mundo e a sua procura de ligação e de comunidade. A análise revelou cinco categorias de metáforas: as relacionadas com a carga emocional e a resiliência, a capacitação pessoal e a transformação, o equilíbrio e a colaboração e as responsabilidades de género. Estas metáforas fornecem uma visão das complexidades dos papéis de género na sociedade contemporânea e da forma como são partilhados e relacionados no espaço virtual dos grupos de redes sociais. Desta forma, as metáforas partilhadas nestes grupos oferecem uma janela para as preocupações e experiências comuns das mulheres, bem como para a sua procura de compreensão, ligação e capacitação num mundo digital que reflecte e molda as realidades sociais.

**Palavras-chave:** experiencia, metáforas, papéis de género, redes sociais, comunidade virtual

## Résumé

D'un point de vue phénoménologique, il est reconnu que les métaphores ne sont pas seulement des expressions linguistiques, mais qu'elles reflètent également la structure conceptuelle et la compréhension du monde de ceux qui les utilisent. Les groupes Facebook offrent aux femmes un espace perçu comme sûr, où elles peuvent partager leurs expériences et rechercher un soutien mutuel sur des questions sensibles. Il est donc utile d'observer les métaphores qu'elles utilisent pour exprimer leurs émotions et leurs expériences, reflétant une compréhension commune du monde et leur recherche de liens et de communauté. L'analyse a révélé cinq catégories de métaphores : celles liées à la charge émotionnelle et à la résilience, à l'autonomisation et à la transformation personnelles, à l'équilibre et à la collaboration, et aux responsabilités liées au genre. Ces métaphores donnent un aperçu de la complexité des rôles de genre dans la société contemporaine et de la manière dont ils sont partagés et liés dans l'espace virtuel des groupes de réseautage social. Ainsi, les métaphores partagées dans ces groupes offrent une fenêtre sur les préoccupations et les expériences communes des femmes, ainsi que sur leur recherche de compréhension, de connexion et d'autonomisation dans un monde numérique qui reflète et façonne les réalités sociales.

**Mots-clés:** expérience, métaphores, rôles de genre, réseaux sociaux, collectivité virtuelle.

## 1. Introducción

Se parte de que la metáfora, más allá de una cuestión del lenguaje, es una manifestación de la estructura conceptual que, al expresar el pensamiento, construye su anclaje en la interacción y el encuentro social. La metáfora es un recurso, si bien estético, para dar sentido y trascender desde la comprensión del mundo. Este "juego del lenguaje" es, por lo tanto, parte de una actividad o de una forma de vida.

El sistema conceptual con el que se comprende el mundo es en gran medida metafórico, en tanto que las ideas se entienden a partir de su vinculación con otras y, desde ellos, hacia las operaciones cotidianas. Esto es más poderoso al considerar que son tan naturales dentro del pensamiento, que no se las distingue como recursos sino a modo de paradigmas para la comprensión y la actuación (Cebrián, 2002).

Así, el uso de determinadas metáforas puede entenderse como una manifestación de las consideraciones y, por lo tanto, respuestas, que se tienen frente a distintas cuestiones o circunstancias. De esta forma pueden dar cuenta de las posturas o actitudes de cara a la realidad. Ello se vincula con la posibilidad de sistematizar los temas léxico-gramaticales en concordancia con el contexto de intercambio social (León López, 2022).

Estas consideraciones invitan a la reflexión sobre el mundo de vida que se comparte. Para su estudio se aprovechan las redes sociales que permiten observar la metáfora en acción. Para ello, se aprovechan las interacciones observadas en un grupo de mujeres en Facebook con la mirada de la fenomenología. Con ello se pretende analizar la proyección que intercambian las mujeres sobre la forma en la que comprenden el mundo y, por lo tanto, actúan en él.

Al respecto de la relación mujer(es)-metáfora(s), buena parte del trabajo que se ha realizado retrata la representación que se hace sobre la primera en la segunda en distintos discursos. Entre otros, trabajos como los de Frigolé (1987), Imaz (2001), Perugini (2009), Suárez Reina (2014), Tijero y Sedeño (2016) o Mansi Al-Shammari (2020) o Jiménez (2024) detallan el uso de metáforas para hablar sobre la mujer en la literatura, el refrán, la música, los medios de comunicación y otros textos.

Al contrario, el presente estudio se centra en las metáforas que las mujeres emplean para dar y compartir sentido de su experiencia. En este sentido, se alinea con autores como Rebollo y su equipo (2010), Gutiérrez-Rivas (2010), Ramírez (2022) o Sagua y Pascual, M. (2024). Desde esta óptica, se abona a la indagación sobre las percepciones, preocupaciones e intereses, así como la forma en la que son expresados y, a partir de ello, compartidos con otras. Se observa que las metáforas se constituyen como herramientas del lenguaje que facilitan, no solo la comprensión, sino el encuentro y la empatía hacia una percepción compartida de unidad.

En el contexto de grupos de crianza, ventas e intereses comunes de Facebook, las mujeres encuentran un espacio para conectarse, compartir experiencias, y buscar apoyo mutuo en la crianza. Estos grupos proporcionan un lugar que se percibe como seguro para discutir temas sensibles, buscar consejos y compartir logros y desafíos relacionados con el “ser mujer”.

Estos grupos permiten conectar con personas afines, aprender, y encontrar un sentido de comunidad en torno a sus inclinaciones. En estos grupos, las mujeres utilizan una variedad de metáforas para expresar sus experiencias y emociones. Estas pueden ser simbólicas o literales, y se utilizan para transmitir ideas abstractas de una manera visual y comprensible. Al mismo tiempo, describen un idioma que es compartido y que les permite identificarse a través de coincidencias de sentido.

Los grupos de encuentro de mujeres en línea brindan un espacio que se percibe seguro y abierto para que las participantes compartan sus experiencias, preguntas, inquietudes y emociones relacionadas con la familia (Pérez, 2019). En estos grupos, se enuncian sentimientos de soledad y aislamiento, ya que sienten que solo aquellas que están pasando por experiencias similares pueden comprender su estado anímico. Se ha encontrado que estas comunidades en línea ofrecen un sentido de conexión y apoyo mutuo, ya que las participantes encuentran consuelo y comprensión al conversar con mujeres que están atravesando situaciones similares. Los grupos de plataformas digitales ofrecen espacios de expresión de las necesidades y deseos individuales, separadas de las demandas y expectativas familiares, aunque ancladas a ello (César *et al.*, 2018).

Entre estas conversaciones se observan discusiones de narrativas personales sobre la maternidad, la crianza y la vida en familia, entre otros temas en común. En ellos se disputan valores de relatos auténticos de la vida cotidiana frente a las expectativas o los “deber ser” provenientes del entorno y hasta de los medios de comunicación. Se tiene la noción de que en estos grupos se comparten experiencias, desafíos y dificultades *reales* en torno al agotamiento, la autonomía y la presión de la vida en familia. Figueiredo (2020) encuentra que estos diálogos se encuentran permeados por discursos feministas de empoderamiento a través del ejercicio de la maternidad, a través de su agencia y capacidad de tomar decisiones informadas, cuestionamiento de estereotipos y roles de género, derechos reproductivos y visibilización de experiencias diversas de construcción de diferentes formas familiares.

Mediante la selección de una de estas conversaciones se ha indagado sobre aquellas metáforas que se emplean para discutir las preocupaciones de la casa. Cuando se trata de los desafíos de llevar una casa, las metáforas que forman parte de las conversaciones en estos grupos de redes sociales pueden revelar dificultades y retos a los que se enfrentan en su vida cotidiana.

## **2. Vida cotidiana y construcción de “mundo”**

El concepto de vida cotidiana describe un espacio de construcción de subjetividad interrelacional que opera como marco para la construcción de la identidad. Se caracteriza por estar en permanente transformación por medio de la interacción del individuo con su entorno (Uribe, 2014). Con “vida cotidiana” se entienden las

actividades realizadas a diario de manera privada y pública, como trabajar, estudiar, hacer compras, gestionar el hogar, interactuar, entre otras. Estas actividades son parte importante de la existencia humana. Frente a esto, la vida no cotidiana es la de las experiencias y actividades no comunes o regulares. Son situaciones que salen de lo común, como viajar a lugares desconocidos, asistir a eventos especiales, etc. Lo característico de estas actividades es que generan emoción y sorpresa, que se oponen a la regularidad diaria.

Para Edmund Husserl (2013) el mundo de la vida (*Lebenswelt*) es el *ámbito* de la vida cotidiana. Es el “en donde” nos movemos a diario, percibimos y experimentamos, el *ámbito* en el que vivimos, con todo lo que implica esto. Es previo (preconstituido) a cualquier estudio científico, anterior a explicaciones y justificaciones racionales y descriptivas, a categorías abstractas y conceptos universales. Se basa en la experiencia inmediata. Percibir es para Husserl (2008) dirigirse a las cosas y el mundo en tiempo presente, esto es, es la vivencia presente y directa (sin prejuicios) de las cosas. Se experimenta percibiendo. La experiencia es una vivencia (como acto de la conciencia) en la que se perciben directamente las cosas y el mundo alrededor. La experiencia es intencional, porque parte de la percepción y se dirige a algo específico siempre. La experiencia es, además, intersubjetiva. La intersubjetividad es la relación dada entre sujetos conscientes involucrados activamente en la interpretación y atribución de sentido a las cosas y el mundo, permitiendo a los seres humanos compartir y comprender los significados del mundo y la cultura. Experimentamos, pues, el mundo como el ámbito sin mediaciones de la vida.

Desde este mismo ámbito captamos el sentido de nuestra vida y del mundo. De hecho, Martin Heidegger (2019) señala que el mundo no refiere a ninguna entidad material (objeto o cosa), sino a un *horizonte* de significado y familiaridad a partir del cual comprendemos y damos sentido a nuestra experiencia. En el *mundo* se despliega la existencia humana. Es su *contexto*. Se construye desde la interacción del ser humano con las cosas, también dadas en el mundo. En el *mundo* se da la verdad y en él se descubre. Usa la metáfora de “ser en el mundo” para nombrar el modo como el ser humano está en el mundo y cómo lo rodea y define. Sostiene que las palabras (el lenguaje con sus posibilidades) se usan para construir el significado y la comprensión del mundo. Recientemente Markus Gabriel (2020) ha propuesto que el mundo no existe, ya que no hay una totalidad o un todo englobante. La totalidad no tiene fundamento ontológico, porque, al modo de Heidegger, no es una

entidad material total externa. Lo que existe son las cosas particulares experimentables en cada caso. La percepción y la experiencia son, también, parciales. La existencia es la aparición de cosas particulares, no el mundo como totalidad. La noción de mundo no se corresponde, pues, con la realidad concreta, pero sí con el modo y el lugar como y desde dónde se vive.

Para Julián Marías (1970) la noción de *mundo* es relevante para comprender la existencia humana. "Mundo" es el *espacio* de acción y encuentro de las personas. Se compone de elementos objetivos y tangibles y de elementos subjetivos e intangibles. Cosas (físicas) y leyes naturales ejemplifican a los primeros; emociones, valores y creencias, a los segundos. Aunque, el *mundo* se construye socialmente y el individuo lo interpreta desde sus experiencias y conocimientos, con todo, el *mundo* incluye una dimensión trascendente que atrae y mueve a buscar(le) sentido y significado. Esta búsqueda, que es constructiva de mundo, se hace con el lenguaje. Con las palabras se *fabrican* significados y se comparten, comunicando la comprensión propia y compartida de la realidad (mundo). El resultado de la búsqueda, la construcción y la comunicación de significados es un conjunto de *formas simbólicas* influyentes en la percepción y experimentación del mundo. El lenguaje es un sistema simbólico. La *cultura* es la forma en la que las personas construyen y expresan simbólicamente su comprensión del mundo. La sociedad misma se construye cultural y simbólicamente. El símbolo es un elemento del lenguaje que representa otra cosa, más allá de su significado literal. Transmiten significados profundos. Construyen significados y comprensiones compartidas del mundo, que influyen en la percepción, la comprensión y la experimentación de la *realidad*. *Afectan* la manera de interpretar la *información* del mundo. Las metáforas son formas simbólicas.

En el mundo de la vida cotidiana se experimenta la conformación de la subjetividad en una dinámica constante con la intersubjetividad. Desde este intercambio el individuo piensa la realidad y su propio pensar sobre la realidad. Al mismo tiempo, es el espacio de construcción de la identidad social, a través de la dominación de las instituciones con las que el individuo convive de forma recurrente y los valores y tradiciones en las que el individuo se ve empapado. Tal mundo cotidiano se integra, entonces, de dimensiones espaciales tanto como simbólicas, culturales, valorativas y emocionales que ofrecen sentidos para que el individuo se relacione y convivan con otros y con el mundo (Uribe, 2014).

En la trama del mundo cotidiano se integran fragmentos de historia del mundo más amplio, en espacio, tiempo, pluralidad y, pertinente para esta observación, simbolismo. En esta pluralidad se integra el tejido social construido históricamente y se materializa en las normas y valores compartidos (Uribe, 2014). La integración subjetiva e intersubjetiva de este entorno se realiza a través de sistemas simbólicos que se manifiestan en el comportamiento, los imaginarios y los sistemas morales, que forman parte de la cultura y que operan en los modos de vida (De Certeau, 1999). En este marco, la vida cotidiana se puede entender como un tejido de significados a través de los cuales se experimentan deseos, capacidades, posibilidades y emociones. En ella se vincula la estructura social de procesos históricos, sociales y culturales con el individuo por lo que se considera el gozne entre la subjetividad y la objetividad, entre la identidad y la realidad social que orienta el modo de vivir de los sujetos (Uribe, 2014).

Esto sugiere que la idea de mundo no se refiere al conjunto de todas las cosas existentes, sino a una totalidad estructurada que incluye las cosas y las relaciones que las conectan. Desde la hermenéutica analógica propone una noción de mundo analógico con partes se interrelacionan por semejanzas y diferencias. En esta relación, la metáfora se posiciona como un recurso que posibilita comprender la realidad desde la subjetividad del individuo. Las metáforas sirven para establecer analogías entre cosas disímiles, para enriquecer la comprensión de los textos y las culturas (Beuchot, 2009).

### **3. Metáforas. Experiencia y sentido de la vida cotidiana**

Las figuras literarias, o retóricas, son modos extraordinarios de uso de las palabras. Se las usa para dotar de expresividad, vivacidad o belleza al discurso, para emocionar, sugerir o persuadir. Son comunes en la literatura, en sus distintos géneros, para la cual el lenguaje es un fin en sí mismo. Se usan, también, en el lenguaje coloquial, no sólo con fines literarios. Es decir, su *alcance* es mayor, ya que dan cuenta de la *concepción* y *el modo de estar en el mundo*.

De las figuras literarias, que son muchas y variadas (metonimia, sinécdoque, comparación, hipérbole, etc.), destaca la metáfora. Su definición nominal dice que se trata de la “traslación del sentido recto de una voz a otro figurado, en virtud de una comparación tácita, como en las perlas del rocío, la primavera de la vida o



refrenar las pasiones". Es, en otras palabras, una forma sutil de analogía o semejanza entre ideas o imágenes.

Para la psicología las metáforas son importantes porque le sirven para comprender aspectos de la experiencia humana individual y general. Para la psicología cognitiva las metáforas no sólo describen las experiencias, sino que, además, influyen en su comprensión y sentido. Algunas metáforas son muy influyentes culturalmente y otras logran moldear la forma en la que se ven ciertos asuntos, afirma esta área del conocimiento. La sociología estudia el lugar y el papel de las metáforas en la producción y reproducción de ideologías y representaciones sociales de una cultura. Examina cómo las metáforas reflejan y perpetúan estructuras sociales, así como la influencia que tienen en la percepción que los seres humanos tienen de sí mismos y de la sociedad. De igual manera atiende el modo como las metáforas son usadas para cuestionar o desafiar las estructuras ideológicas vigentes.

Hay otros filósofos (Austin, Ricoeur, Derrida, Blumenberg), además de los ya referidos (Husserl, Heidegger, Marías, Beuchot) que han aportado ideas para comprender el uso de las metáforas en la construcción de mundo en la vida cotidiana. Para J. L. Austin (1971) las palabras, además de instrumentos para describir la realidad, hacen cosas en el mundo. Es decir, tienen efectos performativos en el mundo. Con ellas se actúa y se construye una realidad. Piénsese en una condena, con su sentencia, con la que el señalamiento de, por ejemplo, criminalidad, se hace efectivo; en una titulación, en la que, con la protesta, el pasante deja de serlo y se convierte en licenciado; o un matrimonio, con cuyos votos y respectivas aceptaciones, los esposos se transforman en tales. La comunicación y la acción interactúan, pues, en la vida cotidiana. Para Paul Ricoeur (1975) las metáforas posibilitan que el lenguaje se amplíe más allá de su significado literal, dando oportunidad a la comprensión poética y filosófica del mundo. Con ellas se interpreta el mundo de la vida. Es decir, las metáforas no sólo transmiten significados específicos, también crean expresiones con las cuales se conforma la experiencia y el mundo a partir de las comprensiones que se tienen de ellos. Para Hans Blumenberg (2020) la metáfora construye la comprensión humana y la interpretación del mundo. Las formas del conocimiento humano se basan en metáforas. La ciencia moderna, defiende, debe su éxito a que creó nuevas metáforas y reemplazó las antiguas. Para Jacques Derrida (1997), sin embargo, las metáforas no dan cuenta de la complejidad del lenguaje y de la realidad, incluso pueden encubrir su comprensión. Pone en guardia contra sus excesos.

Las metáforas no son únicamente recursos estilísticos (figuras literarias) o retóricos añadidos a nuestras expresiones, sino que son *instrumentos de percepción y conformación de la realidad*. Las metáforas y marcos cognitivos implícitos en el lenguaje moldean la percepción, el pensamiento y la acción humana. El pensamiento humano es, en síntesis, metafórico. Así lo sostienen porque en los discursos se relacionan conceptos de diferentes dominios, para entender aspectos abstractos o inusuales de la experiencia y el pensamiento cotidianos. Las metáforas no son solo cuestión del lenguaje, sino que estructuran y dan forma a nuestro conocimiento y experiencia del mundo en tres manifestaciones, desde la estructuración de una actividad o una experiencia en términos de otra, como organización de un sistema de conceptos con relación a otro y de forma ontológica, para caracterizar (Lakoff y Johnson, 1986).

Con las metáforas se entienden y se simplifican los problemas. Son *filtros* de interpretación de la realidad. Por ejemplo, de la metáfora “el tiempo es dinero”, derivan otras, que promueven una manera de entender y conformar la realidad: “no me hagas perder el tiempo”, “he invertido mucho tiempo en esa idea”, “¿en qué gastas tu tiempo?”, o “no tengo suficiente tiempo para completar esta tarea”. Con metáforas como “le gané con mis argumentos” o “ataqué sus puntos débiles para desarmarlo”, se hace manifiesto que se comprende una discusión como una guerra (acto hostil) en la que habrá ganadores y perdedores. La consecuencia, en la línea de la advertencia de Derrida, es que puede perderse de vista la colaboración en vistas al bien común, esto es, quedarse en una metáfora y renunciar a comprender la realidad desde ella.

Su utilidad en la comunicación cotidiana se vincula con tres factores, el humor, la capacidad explicativa o la intensificación de la cantidad o la cualidad. Los tres contribuyen a ampliar la intención de quien la expresa, por lo que se aplica como estrategia para comunicar, de manera eficiente y anclada en el contexto, lo que se expone. Al mismo tiempo, en su selección, se retoma el peso valorativo o ideológico con el que el hablante carga su expresión (León López, 2022).

Así, la participación en una situación metafórica implica una actividad creativa que integra estrategias para la intervención en el mundo cotidiano. Lo simbólico en las metáforas actúa como dispositivo de conocimiento, como recurso para la resolución de problemas y como base para la construcción de nuevos significados. La elección en la interpretación se origina tanto en las experiencias personales,

creencias y expectativas como en las experiencias, creencias y expectativas colectivas arraigadas en la cultura o grupo al que se pertenece. Frente a ello, la solución que cada individuo o grupo elige para el problema inicial lleva consigo una carga social, enredada con una red densa de connotaciones evocativas, condensadas en el símbolo. Por lo tanto, las formas de abordarla y las reacciones posibles del interlocutor son numerosas y varían según diversos motivos, desde las impresiones que los interlocutores buscan proyectar de sí mismos hasta los valores y formas de comprensión del mundo compartidas socialmente (Lizcano, 2002; Gutiérrez, 2019).

En tanto que la construcción e interpretación de metáforas exige un complejo entramado de nociones y que a través de ello influyen en las decisiones léxicas y, eventualmente, prácticas en las que se sostiene la visión del mundo, el análisis de las metáforas se muestra como un proceso útil para comprender las herramientas lingüísticas y las manifestaciones intrincadas de conceptos y percepciones que se intercambian en la comunicación (León López, 2022). Para ello se propone un enfoque metodológico para el análisis de metáforas basado en una hermenéutica sociológica que se basa en la identificación, clasificación y análisis de metáforas para su reconstrucción como conceptos anclados en sentidos provenientes de la estructura social.

Las metáforas que interesan son las que se involucran en la vida cotidiana. Los ámbitos más comunes de la vida cotidiana, a veces interrelacionados, son las actividades básicas de la vida diaria, como comer, vestirse, bañarse, etc.; el trabajo o el estudio; las relaciones familiares y sociales; el tiempo libre y de recreación; el cuidado personal y médico; y las tareas del hogar.

Destacan las metáforas *estructurales* (vid. Lakoff, 1998) por la cantidad de ellas que se incorporan en la vida cotidiana. En esta clasificación se distinguen metáforas animales, como "tener memoria de elefante", de limpieza u orden, militares como las "estrategias", agrícolas para "sembrar" y "cosechar" hablando de proyectos, marítimas, mecánicas, culinarias, comerciales, automotrices como "ir a toda velocidad" o "acelerar" para describir un ritmo de trabajo, religiosas, jurídicas, teatrales como "jugar un papel", pictóricas y otras sin clasificación que son las que con mayor frecuencia aparecen en la comunicación diaria, tales como "estar en la flor de la vida" o "el tiempo es oro".

Se pueden sumar un sinnúmero de ejemplos a las metáforas comerciales en tanto que los slogans y descripciones de una inmensa cantidad de productos recurren a la metáfora para formar una idea en los clientes potenciales a partir de asociaciones cotidianas. Algo similar ocurre con las metáforas religiosas, que tienen que echar mano de las asociaciones para acercar la idea de lo inefable a la comprensión humana. De igual forma, las metáforas jurídicas contribuyen a clarificar una noción compleja o abstracta como la justicia.

La metáfora de casa destaca entre aquellas que construyen el mundo de la vida cotidiana. Se trata de una metáfora particularmente relevante en el contexto de las mujeres. Se encuentra atravesada por la noción de hogar, lo que describe la casa más allá de la función física. La casa metafórica se convierte en un símbolo cargado de vinculación emocional y personal. El sentido de su uso apunta a cinco significados: de hogar como lugar de refugio y seguridad, que ofrece protección y seguridad; de identidad y pertenencia, como referentes para los habitantes; de memoria y experiencia, como un testigo de la vida de las personas; de transformación y cambios de la familia que se manifiestan en el espacio y como representación de relaciones familiares y emociones que moldean la vida de sus habitantes (Beltrán, 2023).

#### **4. Análisis de metáforas**

Las metáforas se pueden analizar. El objetivo de esta exploración es analizar la operación de las metáforas cotidianas como recurso de construcción de mundo en los intercambios discursivos en redes sociales para comprender cómo se construyen los significados vitales y se utiliza el lenguaje cotidiano. Para conseguirlo, se realiza una identificación y categorización de metáforas presentes en interacciones cotidianas en plataformas digitales. Esto implica un análisis de las conversaciones en línea, destacando expresiones lingüísticas que reflejan metáforas utilizadas de manera implícita o explícita. Además, se presta atención a la asociación temática y contextual de estas metáforas con distintos grupos o temas de discusión en redes sociales.

Facebook ofrece un panorama especialmente fértil para este análisis de metáforas en las prácticas discursivas. En primer lugar, porque la plataforma vincula usuarios diversos en cuanto a sus identidades, culturas y perspectivas. La diversidad de interacciones sociales proporciona datos valiosos sobre cómo diferentes grupos

construyen y comparten significado a través del lenguaje. Estas condiciones prevalecen, en los grupos que ocurren en la plataforma en torno a alguna temática o interés. Aunque están limitados en el alcance generalizado, la vinculación por medio del interés compartido justifica la elección de metáforas que también son compartidas e interpretadas por los integrantes de estos grupos (Berlanga, *et.al.*, 2016).

Los grupos de mujeres en la plataforma destacan por su propensión a la discusión de temas cotidianos, abordando asuntos relevantes para sus vidas. La cercanía entre las usuarias se percibe como una característica distintiva, evidenciada por el tono conversacional y la apertura en compartir experiencias personales. La dinámica de intercambio en este entorno propicia un ambiente de confianza y empatía, facilitando la expresión de metáforas que reflejan sus vivencias compartidas. La privacidad del grupo fomenta la autenticidad en el discurso, permitiendo un análisis más profundo de las metáforas utilizadas para construir significados dentro de esta comunidad específica de mujeres.

En estos grupos se dan debates que suelen ser simultáneos, con narrativas emotivas y espontáneas, aunque con posicionamientos que emanan de la experiencia en el mundo. Un motivo de discusión frecuente en estos grupos tiene que ver con las vivencias de la maternidad y la crianza, sus obligaciones y reclamos, así como sus imaginarios y las valoraciones que se desprenden de ellos. Otro eje de controversia tiene que ver con temas cotidianos como la información en medios de comunicación, masivos y digitales. En estos casos se contrasta la experiencia "real" contra la mediática argumentando por medio de anécdotas. En estos espacios, las participantes se sienten acompañadas, visibilizadas y validadas por medio de los recursos de la plataforma como los me gusta y los comentarios. Aun aquellos en desacuerdo, con distintos niveles de agresividad, generan estas percepciones. Cualquiera de estas expresiones contribuye a la construcción de una comunidad que se integra por medio del intercambio de experiencias y sentidos. Por lo tanto, resulta valioso comprender las metáforas que acarrearán estos cambios, en busca de aquellos significados compartidos sobre la cotidianidad que compactan las relaciones también en el mundo digital (Figueiredo, 2020).

Para este caso se ha seleccionado una publicación aleatoria en un grupo de mujeres, con cincuenta y un comentarios de forma que fuera significativo en cuanto al vaivén de interacciones. Más allá de este requisito se buscó aleatoriedad en el

día, la fecha y la temática de la publicación, de esta forma que se obtuvieron ejemplos ordinarios, sin mayor especificidad. Por esta casualidad, se utiliza un ejemplo de los temas que se abordan en estos grupos: la distribución de las tareas del hogar y la crianza en la pareja heterosexual en una publicación del 05 de junio de 2020, que fue viernes. Dada esta pretensión de azar, además de la privacidad de las participantes, no se enfatizan las características específicas del grupo sino las metáforas rescatadas del intercambio. En casos particulares se rescata el comentario completo, sin nombrar a las participantes que los emitieron. Aunque cabe anotar que este intercambio ocurrió en el marco de la pandemia por Covid-19 que afectó distintas esferas de la vida cotidiana, no hay menciones específicas en el intercambio.

En este grupo se encuentran mujeres de Querétaro, principalmente de la ciudad capital del estado en el centro de México. Aunque no hay una limitación explícita ni estadísticas generadas desde la plataforma que hayan sido reveladas por las administradoras, a partir de la observación participante extendida a través de más de ocho años en el grupo, se describe una integración de mujeres de clase media. Se ha consolidado como una comunidad de intercambio que limita las ventas para concentrarse en “encontrar un espacio de apoyo, un lugar para coincidir y escuchar, para compartir y dar ánimos” (descripción del grupo, 2016 [Facebook]). El ámbito laboral de estas mujeres es vasto, desde amas de casa, trabajo doméstico y profesionistas. Comprende también edades variadas, aunque las limitaciones para entrar al grupo, además de radicar en el área de la ciudad, es tener hijos.

Así, la posibilidad de acceder a las muchas interacciones en Facebook facilita la observación del uso de las metáforas para construir narrativas colectivas y dar forma a las percepciones públicas de temas específicos. La visibilidad de los intercambios discursivos en esta plataforma proporciona una ventana única para explorar cómo las metáforas influyen en la construcción de la realidad social y cómo las diferentes audiencias las interpretan. Por lo tanto, un caso de un grupo de Facebook actúa como un microcosmos digital que brinda la oportunidad de explorar la metáfora y su impacto en la comunicación en contextos diversos y dinámicos, permitiendo una comprensión más amplia de las prácticas discursivas contemporáneas.

Bajo estas consideraciones se han extraído conversaciones aleatorias en días aleatorios que pudieran proveer ejemplos del uso de metáforas compartidas dentro

del grupo y más allá de él, en la experiencia cotidiana y cultural de las involucradas. Para estas conversaciones digitales, se retoma un método de hermenéutica que se centra específicamente en las metáforas que han cristalizado como expresiones comunes del lenguaje o como conceptos técnicos y científicos. Los dos puntos de partida fundamentales que sustentan este análisis son: primero, que todo concepto es intrínsecamente metafórico, y segundo, que toda metáfora, y por extensión todo concepto, constituye una institución social. Esta aproximación busca desentrañar los presupuestos, intereses, estrategias y conflictos sociales y culturales presentes en los grupos que construyen o utilizan estas metáforas y que para este caso de estudio las despliegan en la red social de Facebook en un grupo privado (Lizcano, 1999).

De esta forma, para el análisis se partió del reconocimiento de la palabra o frase figurativa para identificar aquellas metáforas que están arraigadas en el lenguaje común y que se expresan en las publicaciones o los comentarios que responden a ella. En un primer momento, se recupera la definición nominal y su etimología. Esta información se integra al contexto del intercambio para trazar las posibilidades significativas, literales y figurativas que presentan para referir algo abstracto. Con esta información se puede trazar la estructura de la metáfora para observar cómo se relaciona con los valores y las creencias del contexto.

## 5. Hallazgos y resultados obtenidos

En solo esa publicación de cincuenta y un comentarios, en días, horarios y temáticas arbitrarias y aleatorias, se obtuvieron cuarenta y siete metáforas. Con ellas se elaboró una tipología (tabla 1) que permitiera ordenar que permitiera ordenar visiones y posturas. Esta tabla ordena constructos que se rescataron de esta conversación digital, con los que estas mujeres elaboran sus sentidos sobre el mundo. Cabe anotar que varias de las expresiones, según el contexto de su uso, pueden estar en otras y se acomodan a manera de análisis, como ejemplos que dan muestra de la disposición cognitiva de la vida cotidiana que se experimenta en la construcción del mundo que nos rodea.

Tabla 1. Metáforas halladas en los comentarios de una publicación en el grupo de Facebook

<b>Metáforas en constructos de carga emocional y fatiga</b>	"Desahogarse contando" "Carga mental" "Sentirse abrumado" "Sentirse rebasado" "La carga me va comiendo" "Estar en el hoyo" "Desgastarse con un tema" "Que no pese hacerlo" "Cansarse de estar al pendiente de todo"
<b>Metáforas en constructos de empoderamiento y resiliencia</b>	"Echarle ganas" "Dar en el clavo" "Hacer el cambio desde casa" "Cambiar el chip" "Super mamá"
<b>Metáforas en constructos de autoconocimiento y transformación personal</b>	"Tener que abrir los ojos" "Hacer conciencia" "Darse cuenta" "Esquema mental" "Me causa conflicto" "Ser cuadrado" "Encanta leer"
<b>Metáforas en constructos de equilibrio y colaboración</b>	"Ir parejos" "Ceder el control" "Ayudar de cierta forma" "Hay que soltar" "Soltar cuesta trabajo" "Participar de labores" "Favor al mundo" "Involucrarse en casa"
<b>Metáforas en constructos de responsabilidades</b>	"Llevar la casa y mil cosas más" "Encargarse de labores" "Vieja escuela" "Andar en la concha" "Bien campante" "Puede deslindarse" "Quererlo peladito y a la boca"

Fuente: elaboración propia.

Esta dimensionalización considera el análisis de etimología, significado nominal y sentido de la interpretación. Con ellas, las metáforas revelan las posturas de las participantes en lo que respecta a la distribución de las tareas del hogar. Más allá de esta particularidad, apuntan al uso de metáforas en la construcción de la cotidianidad y la integración del grupo en tanto que estas se comparten e



interpretan. Por lo tanto, se da muestra de un conjunto de constructos hallados en las expresiones que las mujeres en esta breve muestra expresaron para describir su mundo de vida con respecto a este tema. Desde ahí, se extrajeron y agruparon en dimensiones nativas en aras de articular un sentido de los lugares comunes que comparten y desde los cuales se encuentran para discutir esta preocupación.

Para cada una de estas dimensiones se presenta un análisis de las etimologías y definiciones nominales. A partir de ellas y de su contrastación, tanto como de su contextualización se integra una interpretación que permite adentrarse en la configuración del significado conducido por las metáforas compartidas.

### **5.1. Metáforas de Carga Emocional y Fatiga**

Esta dimensión comprende las expresiones "carga mental", "sentirse abrumado", "sentirse rebasado", "la carga me va comiendo", "estar en el hoyo", "desgastarse con un tema", "desahogarse contando", "que no pese hacerlo y "cansarse de estar al pendiente de todo". Estas metáforas revelan la presión emocional y el cansancio que se externa por este grupo de mujeres en un lenguaje que es compartido por ellas. La sensación de estar "en el hoyo" y sentir que "la carga me va comiendo" ilustra el peso percibido de las responsabilidades y las preocupaciones cotidianas. Sentirse "rebicado", "abrumado" o el "peso" que se refleja en el agotamiento emocional que resulta de lidiar con las dificultades constantes y las actividades, especialmente en un contexto de incertidumbre y cambios constantes.

Las etimologías y definiciones nominales de las metáforas de la dimensión revelan matices sobre la experiencia en relación con el estrés, la presión y la sobrecarga emocional. La etimología de "carga mental" destaca la noción de cargar o llevar peso, mientras que "mental" se relaciona con la mente y los procesos cognitivos. Esta combinación sugiere la carga invisible que ejerce la mente sobre el individuo, lo que resalta los aspectos psicológicos en la experiencia de la fatiga emocional. En contraste, la etimología de "sentirse abrumado" tiene sus raíces en la idea de opresión o agobio, destacando cómo la carga emocional puede manifestarse como una sensación de ser aplastado por el peso de las preocupaciones. Las definiciones nominales de estas metáforas proporcionan reafirman esta experiencia de peso exagerado percibido que supera límites o punto crítico en la carga emocional, según la expresión, "sentirse rebicado". En conjunto apuntan a una serie de sensaciones compartidas de desbordamiento o incapacidad para manejar la situación diaria.

Son, precisamente las subjetividades en cuanto a posibilidades y emociones que se tejen en la vida cotidiana (De Certeau, 1999) que se manifiestan en esta como en otras dimensiones por medio de estos recursos simbólicos. Y que son viables de ser intercambiados por medio del lenguaje porque se trata de valores compartidos en el tejido social (Uribe, 2014) que se extiende entre estas participantes del grupo.

De forma análoga, "la carga me va comiendo", "estar en el hoyo" y "desgastarse" coinciden en la narrativa de carga, de fatiga y presión emocional. Lo mismo pasa con la referencia al ahogo, aunque este término se encuentra expresado en con sentido inverso en la metáfora "desahogarse contando", que significa recuperar la respiración, liberarse de la opresión y manifestar los sentimientos. Así, la liberación de la presión de la carga ocurre por medio de compartir en el grupo la emoción, es decir, por medio de la reunión.

Estas expresiones otras de equilibrio y colaboración como "participar en labores o "involucrarse en casa". En ellas, expresaban que, si bien el trabajo en el espacio doméstico puede estar repartido, ellas perciben que la preocupación por el mismo recae en ellas y se recomiendan "no agobiarse" por el mismo, haciendo uso de constructos como "hay que soltar". Esta percepción, similar a la descripción de Husserl (2008), acompaña a la experiencia intersubjetiva que se comparte en el grupo, que apuntan también al autoconocimiento y la transformación personal en búsqueda del bien personal y la salud mental.

Así, con esta dimensión de metáforas, las integrantes del grupo intercambian expresiones sobre las tensiones y presiones emocionales de la vida cotidiana. Por lo tanto, proporciona una visión comprensiva de la complejidad de la experiencia humana en tiempos de estrés y fatiga. Esta experiencia se interpreta y se comparte en grupo. A través de ellas se reflejan procesos de desgaste, pero también de una lucha continuada a través de la cual se continúa viviendo. Esta actitud de perseverancia conecta con la siguiente dimensión.

## **5.2. Metáforas de Empoderamiento y Resiliencia**

Estas metáforas sugieren una actitud de fortaleza y determinación frente a las adversidades, retos o dificultades, utilizando el lenguaje figurativo para transmitir ideas de fortaleza y acción. Se integra por expresiones como "echarle ganas", "dar en el clavo", "hacer el cambio desde casa". Al contrario de la dimensión anterior,

estas se concentran en el potencial de cambio, principalmente a nivel individual. En el contexto en el que se generan, la resiliencia expuesta a través de expresiones como "echarle ganas" y "dar en el clavo" refuerzan la idea de perseverancia hacia el éxito.

Destaca la riqueza semántica que se deriva de la etimología y definiciones de los sustantivos a partir de los cuales se construyen. La relación con el verbo "echar", que significa iniciar o dedicar un esfuerzo, combinado con "ganas", como el apetito o la voluntad de algo, significa el impulso o deseo de lograr algo. Esta metáfora implica dedicación y compromiso con una meta, enfatizando la importancia del esfuerzo humano para superar la adversidad y alcanzar el éxito. Al contrario, "dar en el clavo" deriva de "golpe", y se refiere a una punta afilada. Su definición nominal se refiere a la precisión y el éxito en la toma de decisiones o la resolución de problemas, enfatizando la eficiencia y la capacidad de lograr resultados específicos.

Finalmente, "hacer el cambio desde casa" evoca la noción de transformación personal y social, haciendo hincapié en la importancia de iniciar acciones de cambio desde el ámbito más cercano y familiar, impulsando así la idea de que la resiliencia y el empoderamiento individual son fundamentales para promover transformaciones positivas en la sociedad en conjunto. De esta forma, esta metáfora se vincula fuertemente con las últimas del equilibrio y colaboración y las responsabilidades, en tanto que vincula el nivel personal con el colectivo.

En este grupo de metáforas, destaca la expresión "súper mamá" que utiliza el prefijo "súper" sugiriendo una imagen de superheroína en el contexto familiar. La idea de la "super mamá" describe una construcción de poder entorno a las actividades y responsabilidades de la maternidad, relacionadas con la noción de generar cambio desde el propio hogar, que enfatiza la importancia del empoderamiento individual y, eventualmente colectivo para transformar la realidad.

Aquí, las asociaciones que vinculamos a los superhéroes dan profundidad al significado que se despliega a través de esta metáfora (Heidegger, 2019). A través de ella, se crece las posibilidades interpretativas y las lectoras les comentario empatizan con esa sensación de fuerza y habilidades, pero también de esfuerzo extra ordinario o extrahumano que brinda.

Esta metáfora se empleó acompañada de la expresión de equilibrio y colaboración "soltar cuesta trabajo" y la de carga emocional y fatiga "estar en el hoyo", por lo que,

aunque podría entenderse como una expresión positiva, la interpretación del uso también apunta a una arista sobre el cansancio y la necesidad de renunciar a algunas de estas responsabilidades en favor de la salud mental y emocional de esa mamá. En el contexto de los grupos en redes sociales, estas expresiones pueden servir como puntos de conexión entre mujeres que comparten la experiencia de equilibrar múltiples roles y responsabilidades, y pueden generar un sentido de solidaridad y apoyo mutuo al reconocer y validar las experiencias compartidas.

Juntas, estas metáforas no solo transmiten ideas de empoderamiento y resiliencia, sino que también apuntan a los valores del trabajo en equipo y la determinación, demostrando la complejidad semántica del lenguaje gráfico y su capacidad para representar conceptos abstractos de manera concreta y evocadora. La dimensión integrada subraya la búsqueda de armonía en el rumbo de objetivos compartidos, resaltando la colaboración y la solidaridad entre individuos.

### **5.3. Metáforas de Autoconocimiento y Transformación Personal**

Esta dimensión sugiere procesos de introspección y crecimiento personal en medio de los desafíos cotidianos. Estas metáforas reflejan la importancia de reconocer y comprender aspectos internos y externos para impulsar cambios positivos en la vida de las personas. Comprende las expresiones "tener que abrir los ojos", "hacer conciencia", "darse cuenta", "cambiar el chip", "esquema mental", "me causa conflicto". Con respecto de la primera dimensión, de enunciación del cansancio, en esta tercera se observa una postura de enfrentar los retos desde una actitud dispuesta al cambio y la reflexión.

Esta actitud remite a la postura de positividad tóxica con frecuencia estudiada en contextos de redes sociales (Lecompte-Van Poucke, 2022; Feltner, 2023; Lew & Flanagan, 2023; Shipp & Hall, 2024). Este concepto alude a la supresión emocional en las dimensiones de falacias lógicas, gratitud forzada, optimismo no realista y felicidad falsa. Es particularmente común cuando el intercambio ocurre entre interlocutores que perciben un ambiente adverso, que les resulta abrumador de presenciar en otros. Así, en esta dimensión se observan este tipo de intercambios con metáforas de cambio y renovación enfocadas a un futuro mejor.

La expresión "tener que abrir los ojos" proviene de la acción física de abrir los párpados para ver, pero en un sentido metafórico implica tomar conciencia o descubrir algo que estaba oculto o ignorado. En el contexto de los grupos en redes

sociales, esta metáfora sugiere la necesidad de reconocer verdades ocultas o aspectos de la propia vida que pueden estar pasando desapercibidos. Esta expresión vuelve a Heidegger (2019), en tanto que, precisamente, alude a esa posibilidad que ofrecen las metáforas de ayudar a referir aquello que esta más allá, aquello que esta en la experiencia.

Por otro lado, "hacer conciencia" implica adquirir conocimiento o reconocer la importancia de algo. Esta metáfora resalta la necesidad de reflexionar y comprender aspectos relevantes de la propia vida, lo que puede llevar a una mayor claridad y entendimiento personal. De manera similar, "darse cuenta" implica tomar conciencia o llegar a comprender algo que previamente no se había percibido o comprendido. En el contexto de las redes sociales, esta metáfora resalta la posibilidad de las mujeres para compartir experiencias y perspectivas, lo que puede llevar a una mayor conciencia y comprensión mutua dentro del grupo.

Por último, "cambiar el chip" utiliza la metáfora de cambiar un circuito o chip electrónico para referirse a cambiar la manera de pensar o enfoque en una situación determinada. Esta expresión resalta la importancia de la adaptabilidad y la capacidad de transformación personal en respuesta a nuevas experiencias y aprendizajes. Ésta, pues, apunta a que el cambio es la conclusión de la autorreflexión o la toma de conciencia. Esta expresión implica modificar la mentalidad o el enfoque, particularmente en lo que refiere a las responsabilidades del hogar, dejando de lado los roles de género rígidos y adoptando una perspectiva más equitativa y colaborativa: "crecieron así pero ojalá logremos cambiar el chip; porque antes la mujer no trabajaba pero ahora trabajamos igual que ellos y aportamos igual" (05/06/2020) [comentario en Facebook], grupo privado). Esta metáfora subraya la importancia de abandonar los estereotipos y las expectativas tradicionales en cuanto a las responsabilidades del hogar, y en su lugar, adoptar una mentalidad más inclusiva y flexible que promueva la igualdad de género y la participación equitativa en todas las áreas de la vida familiar.

Esta noción se opone directamente a aquella de "ser cuadrado", que refleja la rigidez y la inflexibilidad de este sistema. Esta expresión, que se deriva del latín *quadrātus*, sugiere una estructura estrictamente definida y limitada por límites precisos. En el contexto de la organización familiar, ser "cuadrado" implica adherirse estrictamente a ciertos roles y expectativas sociales, sin permitir desviaciones o cambios. Esta mentalidad cuadrada puede obstaculizar la capacidad de adaptación y evolución

de la familia, limitando su capacidad para enfrentar nuevos desafíos y circunstancias cambiantes.

Estas expresiones aluden a las posibilidades de transformar el “mundo” (Marías, 1970), específicamente *su* mundo o el espacio de encuentro de las personas que les rodean, que ellas creen que pueden transformar por medio de su acción. Para ello, comparten estrategias para navegarlo y, según sus valores y creencias, modificarlo.

El placer que puede traer el autoconocimiento o la autodeterminación se describe a través de la etimología de “encantar”, proveniente del latín *incantare*, que sugiere un poder mágico o hechizo asociado al acto de leer, lo cual se relaciona con la capacidad de someter, atraer y entretener al lector. Desde esta perspectiva, “me encanta leer” implica una conexión emocional profunda con la actividad de la lectura, que va más allá de la mera satisfacción o gusto, sino que también implica un poder de atracción y entretenimiento que influye en el lector de manera mágica o hechizante. Este acto de leer, entre las mujeres que coincidieron con el comentario puede servir como una forma de fortalecimiento personal y de superación de adversidades.

En conclusión, estas metáforas subrayan que para estas mujeres el autoconocimiento, la reflexión y la adaptabilidad son fuentes de transformación. De acuerdo con el contexto de interpretación, este cambio tiene que ver con la carga emocional y laboral vinculada con el hogar. De esta forma, al menos en este caso se encuentra discusión de lo apuntado por Pérez (2019) en tanto que esta interacción digital de las mujeres da muestra de ser un espacio de construcción de relaciones significativas en línea que permiten el cuestionamiento de las nociones tradicionales y, que apuntan a la autorreflexión como fuente de crecimiento personal.

#### 5.4. Metáforas de Equilibrio y Colaboración

Consecuente con las observaciones anteriores, la dimensión de las metáforas de equilibrio y colaboración, “ir parejos”, “ceder el control”, “ayudar de cierta forma”, “hay que soltar”, “soltar cuesta trabajo” y “participar de labores” dan pistas sobre la discusión que ocurre entre las mujeres participantes sobre las posibilidades y los retos de distribuir la carga de trabajo en lo que refiere al hogar. De esta forma, en este recorte se ofrece una perspectiva sobre la colaboración y el equilibrio en las

interacciones en las relaciones de pareja heterosexual a la que refieren las participantes de este grupo en redes sociales. Por ejemplo, "Ir parejos" refleja la búsqueda de equilibrio y armonía en la búsqueda de relaciones equitativa y colaborativa. Esta metáfora resalta la importancia del apoyo mutuo y compartiendo responsabilidades cotidianas.

Por otro lado, "ceder el control" y "soltar cuesta trabajo" enfatiza la disposición a compartir el liderazgo de las situaciones del hogar. Estas metáforas describen la reflexividad o el acto de conciencia que facilitan las metáforas (Husserl, 2008). Se vincula así con la dimensión anterior en tanto que asume cierto grado de responsabilidad en la distribución inequitativa de las labores. Los comentarios vinculados con estas perspectivas, en contexto, enfatizan la educación tradicional recibida por estas mujeres que ellas se ven reproduciendo, pero que cuestionan a través de estas expresiones. Al mismo tiempo, destacan las complicaciones de estos cambios como algo que requiere esfuerzo y sacrificio. Se asume que existen dificultades emocionales que exigen poner en práctica una labor a nivel personal para renunciar al control o dejar ir una situación, pero también se destaca la importancia de hacerlo para facilitar un equilibrio y una colaboración adecuada dentro del grupo.

Por su parte, "participar de labores" y "ayudar de cierta forma" implica tomar parte en actividades o tareas específicas. Estas metáforas enfatizan la importancia de la colaboración activa y el trabajo conjunto para lograr objetivos comunes. Mientras que las anteriores evidenciaban la necesidad del trabajo personal, estas, en el contexto en el que se expresan, comunican la conciencia de las responsabilidades y las capacidades del resto de los integrantes del núcleo familiar.

En conjunto, estas metáforas ofrecen una visión enriquecedora sobre las nociones de colaboración, equilibrio y apoyo mutuo de las mujeres que coinciden en estos entornos virtuales. En estas expresiones se reconoce la importancia de dejar espacio para que todos los participantes del espacio familiar participen activamente, destacando la importancia de compartir responsabilidades, ceder el control cuando sea necesario y trabajar juntos hacia objetivos comunes.

### **5.5. Metáforas de Responsabilidades.**

Las interpretaciones de uso de las metáforas de la dimensión ofrecen una visión reveladora sobre cómo las mujeres asumen responsabilidades, especialmente en

ámbito doméstico que comentan en el espacio de la red social. Abarca expresiones con significados opuestos que describen la percepción de estas mujeres sobre la distribución de tareas del cuidado del hogar y la familia. Las metáforas relacionadas con el trabajo incluyen "encargarse de labores" y "llevar la casa y mil cosas más".

Vinculadas con la primera dimensión de este análisis, estas metáforas son utilizadas para expresarse sobre la gestión de las tareas del hogar, así como para buscar apoyo y solidaridad entre mujeres que comparten experiencias similares. Enfatizan la multiplicidad de roles y responsabilidades que enfrentan las mujeres en su vida diaria, desde el cuidado de los niños hasta la gestión del hogar y las compras. La etimología de "llevar" se remonta al latín "levāre", que significa "levantar", sugiriendo el peso físico y emocional que implica esta carga que agobia: "Acá el tema es llevar la casa y mil cosas más sin agobiarte" (05/06/2020, [comentario en Facebook], grupo privado).

Esta dimensión contiene una dicotomía con respecto de expresiones de irresponsabilidad. Expresiones como "andar en la concha", que denota desinterés o desconocimiento de las responsabilidades del hogar. La palabra "concha" tiene múltiples significados, pero en este contexto puede interpretarse como un lugar cerrado y protegido, ajeno a las responsabilidades domésticas. Asimismo, la expresión "quererlo peladito y a la boca" refleja la expectativa de recibir comodidades y servicios sin tener que involucrarse en su organización o realización. La palabra "peladito" se deriva de "pelado", que significa "desprovisto de cualquier aditamento", implicando una actitud de querer todo fácil y sin esfuerzo.

Vinculando los términos anteriores con estos, la frase "puede deslindarse" sugiere la capacidad de los hombres para separarse de estas responsabilidades, ya sea por elección propia o por presión social, tanto como por el control que ejercen las mujeres en la logística del hogar. El verbo "deslindarse" proviene del latín "delimitāre", que significa "señalar y distinguir los términos de un lugar", implicando una separación clara y definida de las responsabilidades del hogar.

En contexto, este aspecto de la dimensión apunta a la percepción de las mujeres del grupo sobre la escasa participación de los hombres en las labores domésticas, lo que requeriría una investigación aparte. En conjunto, estas metáforas y expresiones ilustran la responsabilidad que expresan las mujeres sobre la carga del hogar asociada con la "vieja escuela". Esta idea evoca una era pasada en la que las



formas de hacer las cosas estaban arraigadas en tradiciones y métodos antiguos. Esta expresión, derivada del latín "vetus" que significa "viejo", implica una resistencia al cambio y una adherencia a las prácticas establecidas desde hace mucho tiempo. En el contexto de la organización familiar, la "vieja escuela" representa un sistema en el que los roles y responsabilidades están rígidamente definidos por normas sociales y de género tradicionales, sin dejar espacio para la flexibilidad o la adaptación a nuevas realidades. Este término sugiere una postura de recelo o resentimiento contra esa "vieja escuela" que ha dispuesto las condiciones que se experimentan como negativas. Así, al modo de Marías (1970) describe el uso que puede darse a las metáforas para dar sentido del mundo y sus transformaciones a través del tiempo.

En resumen, estas metáforas proporcionan una ventana a las complejidades de las responsabilidades de las mujeres en la sociedad contemporánea, y reflejan cómo estas experiencias se comparten y se relacionan en el espacio virtual de los grupos en redes sociales.

## 6. Conclusiones

En primer lugar, la abundancia y persistencia de las metáforas en el intercambio en línea evidencia un lenguaje compartido que es reconocible por las participantes. Estas metáforas se acompañan de entimemas, es decir, argumentos incompletos que se emplean por interlocutores que discuten o conversan a partir de principios compartidos. Esto se reafirma a través del uso de ejemplos personales. En el ir y venir retórico también se hallan cuestionamientos que apuntan a la existencia y el reconocimiento de un público presente, que lee y participa en la conversación.

Una metáfora que se confirmó es compartida por las participantes del grupo es la de la casa que de forma metonímica alude a un todo, que es el todo que sirve como referencia del mundo cotidiano familiar. "Hacer el cambio desde casa", llevar la casa y mil cosas más", "involucrarse en casa" sirven como ejemplo de los cinco sentidos en torno a la metáfora dado que la casa alude a las relaciones familiares que ocurren en ella, pero también se emplea como el refugio que es punto de partida para el cambio, desde un pasado de la "vieja escuela" hacia "un mundo mejor". Entonces, recupera memoria tanto como es un referente de transformación. (Beltrán, 2023)

Como esta, varias de las metáforas son "lugares comunes". Son comunes porque se comparten, o sea, "todas" las dicen, repiten y entienden. Se trata de fórmulas que sintetizan representaciones adquiridas y admitidas por muchos y que por eso evidencian ser compartidas, por lo pronto, en el interior del grupo. Y sobre eso "construyen" su mundo, tanto el mundo fuera del grupo, de donde las toman, como el mundo que se intercambia en el espacio digital. Y esto es ya una metáfora y un lugar común. Los lugares comunes expresan representaciones y saberes, también, acumulados, aunque en ocasiones puedan ser falsos. Un caso encontrado es el de la actitud positiva, que es un lugar común que genera encuentro y apoyo, compartido con promesas no siempre realizables (Lecompte-Van Poucke, 2022).

El ejercicio de observación realizado confirma que las metáforas, como simbólicas, son útiles para comprender conceptos abstractos por lo que contribuyen a compartir no sólo significados. Más allá del aspecto formal de su interpretación, generan intenciones retóricas de comunicar y de "hacer sentir" a los demás las experiencias propias. En ese sentido, se genera solidaridad por medio del intercambio textual de estas mujeres participantes del grupo. Se trata de una empatía que se acerca a los significados de simpatía y compasión. Además, la empatía como paliativo de un pathos, como dolencia o sufrimiento, en tanto que estos grupos sirven de desahogo y los comentarios sirven para generar, al menos, la percepción de ser escuchados: "escribimos para desahogarnos y en estos tiempos es súper bueno porque nos sentimos acompañadas de otras mamás y mujeres que viven condiciones similares" (05/06/2020, [comentario en Facebook], grupo privado)

Las dimensiones en las que se organizaron las metáforas halladas dan cuenta del potencial que ofrecen las plataformas digitales para las discusiones virtuales relacionadas con las inequidades de género. Las discusiones sobre la familia incluyen cuestionamientos a las responsabilidades y otras narrativas de empoderamiento y diversidad. Sin embargo, se abordan desde soluciones individuales de cambio que se espera se traduzca en cambio de la familia y hacia "el mundo". Como ejemplo, las metáforas "echarle ganas", hacer el cambio desde casa", tener que abrir los ojos", "hacer conciencia", "darse cuenta", "cambiar el chip", "esquema mental", "ceder el control", "hay que soltar" y "soltar cuesta trabajo" describen mujeres que asumen el compromiso personal de esa transformación social (Figueiredo Souza, 2020).

Aun así, las metáforas de empoderamiento, transformación dan muestra de los participantes de reconocer que existen estructuras que complican la experiencia de las mujeres en la familia. Los cuestionamientos se integran a las narrativas personales y se expresan en estas plataformas digitales que permiten un asomo en la experiencia cotidiana actual. En ellas, las secciones de comentarios se transforman en escenarios donde las mujeres con ideas similares se desahogan, expresan sus quejas y buscan apoyo mutuo, creando un ambiente de camaradería. Sin embargo, cuando hay discrepancias en las opiniones, se generan fricciones y cuestionamientos entre las participantes. Es a través de las metáforas que se facilita el encuentro y la comprensión de las experiencias que ocurren fuera de línea y que llegan y se comunican en entornos *online*.

"Mundo" es, como han observado algunos filósofos, el ámbito inmediato, el horizonte de sentido, la totalidad de relaciones y espacio de encuentro. Los seres humanos (las personas) están instalados (están) en él. Están, además, instalados de algún modo o de alguna manera, con y desde un horizonte de sentido, ocupando un espacio, dirigiéndose hacia algún lado, recibiendo los embates de la vida, actuando en el mundo y construyéndolo. En el mundo de la vida cotidiana se construye la subjetividad y la identidad social y se expresa, de forma heterogénea y entrelazada, en los espacios individual, familiar, cultural, laboral y en el entorno cívico. Y todo ello se hace, en buena medida, con metáforas.

Uno de los principales desafíos para leer lo cotidiano es que a menudo aparece como desconectada de las estructuras o el cambio histórico. Las rutinas diarias pueden sentirse como una "atmósfera natural" o una realidad familiar e inmutable. Este enfoque de analizar las metáforas en los comentarios en los grupos de redes sociales puede contribuir a ver más allá de la superficie de la vida cotidiana, es decir a desnaturalizarla. Observar las metáforas contenidas en estas interacciones diarias a la luz de su contexto puede revelar las complejidades que subyacen. Esto incluye reconocer el ritmo desigual del cambio entre la innovación y las prácticas tradicionales que suceden simultáneamente en las sociedades actuales (Moran, 2005).

Entre las limitaciones que se reconoce de esta indagación es que se trata de una primera aproximación que se limita a un ejemplo de conversación en línea. De este, se apunta a la profundización sobre los roles de género que es posible revelar a través de las metáforas y que requeriría de un espacio específico. Como ese, es

necesario abrir la puerta a otros espacios de socialización, otras temáticas y otras intersecciones de mujeres que dejen profundizar en la experiencia femenina del mundo de vida. Se observa que el análisis del uso de metáforas es una ventana provechosa para la indagación sobre el sentido del mundo de vida cotidiano por lo que sus posibilidades se vislumbran amplias.

## Referencias

- Austin, J. L. (1971). *Cómo hacer cosas con palabras*. Editorial Paidós.
- Beltrán, D. (2023). Mi c-a-s-a. Una metáfora atravesada por la noción de hogar. *Arquitekturaz Visión FUA*, 6(6), 1–21. <https://doi.org/10.29097/26191709.383>
- Cebrián, S. (2002). Papel de la Metáfora en el Discurso Ordinario. In Universitat Jaume I (Ed.), *Vuitenes Jornades de Foment de la Investigació de la FCHS*. <http://hdl.handle.net/10234/79386>
- César, F., Costa, P., Oliveira, A., & Fontaine, A. M. (2018). "To Suffer in Paradise": Feelings Mothers Share on Portuguese Facebook Sites. *Frontiers in Psychology*, 9, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01797>
- Derrida, J. (1997). Retirada de la metáfora. *Cuaderno gris*, 2, 209-238.
- De Certeau, M. (2000). *La invención de lo cotidiano II*. Universidad Iberoamericana, departamento de historia: Instituto tecnológico y de estudios superiores de occidente: Centro francés de estudios mexicanos y centroamericanos.
- Figueiredo Souza, A. L. (2020). Maternidad en las redes sociales de internet. Vivencias maternas brasileñas compartidas en red. *Comunicación y medios*, 29(41), 54-66. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-1529.2020.54499>
- Gutiérrez Escalante, A. (2019). Metaphor and social construction. *Athenea Digital*, 19(1). <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2049>
- Heidegger, M. (2019). *Ser y tiempo*. Editorial Herder.
- Husserl, E. (2013). Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica. Libro primero: Introducción general a la fenomenología pura. Editorial Marcial Pons.
- Husserl, E. (2008). Crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental. Prometeo libros.
- León López, É. (2022). La metáfora como mecanismo valorativo en el discurso. *Baciyelmo*, 4, 123–137. <https://doi.org/10.14198/elua2019.33.7>
- Lizcano, E. (1999). La metáfora como analizador social. *Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, 2, 29–60. [https://www.academia.edu/438619/La\\_met%C3%A1fora\\_como\\_analizador\\_social?auto=download](https://www.academia.edu/438619/La_met%C3%A1fora_como_analizador_social?auto=download)
- Marías, J. (1970). *Antropología metafísica*. Alianza Editorial.
- Ricoeur, P. (1975). *La Metáfora Viva* (2nd ed.). Editorial Planeta.
- Uribe, M. L. (2014). La vida cotidiana como espacio de construcción social. *Procesos Históricos*, 25, 100–113. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20030149005>
- Gabriel, M. (2020). *Por qué el mundo no existe*. Editorial Taurus.
- Blumenberg, H. (2020). *La Legitimidad de la Edad Moderna*. Editorial Herder.
- Beuchot, M (2009). Tratado de hermenéutica analógica. UNAM-Itaca.
- Lakoff y Johnson (1998). *Metáforas de la vida cotidiana*. España: CÁTEDRA
- Uribe Fernández, M.L. (2014) La vida cotidiana como espacio de construcción social. *Procesos Históricos*, 25, pp. 100-113. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20030149005>

- Imaz, E. (2001). Mujeres gestantes, madres en gestación. Metáforas de un cuerpo fronterizo. *Política y Sociedad*, 36, 97–111.
- Perugini, M. L. L. (2009). Nuevas metáforas acerca de las mujeres líderes. *Psicodebate*, 9, 65-80.
- Frigolé, J. (1987). Metáforas domésticas y culinarias sobre la mujer y la reproducción en el área mediterránea: aproximación a un sistema conceptual. *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (40), 135-160.
- Rebollo Catalán, M. Á., Cala Carrillo, M. J., Vega Caro, L., Godoy Hurtado, M. S., Cantó, S. I., & García Pérez, R. (2010). Metáforas emocionales en el proceso de recuperación de mujeres víctimas de violencia de género. <https://idus.us.es/items/f418dbfd-aa22-4f16-bf01-973dac20bd43>
- Ramírez, G. G. (2022). Experiencia corporal de mujeres que visitan la prisión: lo sensorial, las metáforas y la afectividad en acción. *Psicología Iberoamericana*, 30(3).
- Tijero, C. F., & Sedeño, E. P. (2016). El imaginario social de la mujer venenosa: ciencia, metáfora y hermenéutica. *Investigaciones feministas*, 7(2), 293-312.
- Suárez Reina, A. Y. (2014). La representación de la mujer y los ideales del pensamiento colombiano de finales del siglo XIX y comienzos del siglo XX: la metáfora de la falsa inclusión. *La palabra*, (24), 33-41.
- Gutiérrez-Rivas, C. (2010). Estudio exploratorio sobre la construcción de la violencia de género en las letras del reggaetón interpretado por mujeres. *Núcleo*, 22(27), 49-70.
- Mansi Al-Shammari, M. H. (2020). El refranero de animales iraquí: metáforas referidas a la mujer. *AL-Andalus Magreb AAM* 27, 1-16 . <https://rodin.uca.es/handle/10498/24138>
- Jiménez, V. A. R. La yunza como metáfora visual: La condición de la mujer en la sociedad limeña del siglo XXI en la obra de Luz Letts. *Visualidades imposibles*, 31.
- Jiménez, A. S. (2024). Metáforas de construcción autorial en Lope de Vega: prólogos y dedicatorias de las partes XV-XX (1621-1625). *Anuario Lope de Vega Texto literatura cultura*, 30, 19-51.
- Sagua, B., & Pascual, M. (2024). La representación del dolor crónico: tipos e intensidades en relatos autobiográficos de mujeres chilenas. *Forma y Función*, 37(1).
- Lew, Z., & Flanagan, A. J. (2023). Toxic positivity on social media: The drawbacks and benefits of sharing positive (but potentially platitudinous) messages online. *New Media & Society*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/14614448231213944>
- Lecompte-Van Poucke, M. (2022) 'You got this!': A critical discourse analysis of toxic positivity as a discursive construct on Facebook. *Applied Corpus Linguistics*, 2(1) <https://doi.org/10.1016/j.acorp.2022.100015>
- Feltner, M. E., Toxic Positivity and Perceptions of Mental Health (2023). *Senior Theses*. 607. [https://scholarcommons.sc.edu/senior\\_theses/607](https://scholarcommons.sc.edu/senior_theses/607)
- Shipp, H. G., & Hall, K. C. (2024). Analyzing the concept of toxic positivity for nursing: A dimensional analysis approach. *Journal of Advanced Nursing*, 00, 1–12. <https://doi.org/10.1111/jan.16057>