

Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad.
N°51. Año 18. Agosto - Noviembre 2026. Argentina. ISSN 1852-8759. pp. 22-36.

Suspensión activa: microepisodios afectivos en la experiencia de correr por la ciudad

Active suspension: affective micro-episodes in the experience of running through the city

Salazar-Puga, Sarahi*

Universidad de Guadalajara, México.

sarahi.salazar2553@alumnos.udg.mx

Resumen

Este artículo propone la categoría de suspensión activa para analizar microepisodios en los que, al correr por la ciudad, un corte del ritmo reorganiza atención, afecto y relación práctica con el entorno sin detener el movimiento. A partir de una autoetnografía situada y de la lectura analítica de dos escenas urbanas ordinarias, se delimita la categoría frente a la distracción, la pausa, la deriva y la atención plena. Asimismo, se desarrolla una escalera conceptual —epojé cinestésica, break rítmico, affordance, afecto y resonancia/disonancia— como protocolo de lectura de estos episodios. El artículo sostiene que la suspensión activa no nombra una experiencia universal del cuerpo urbano, sino una posibilidad situada, socialmente distribuida y útil para pensar la dimensión sensible de la movilidad en contextos urbanos latinoamericanos.

Palabras claves: Cuerpo; Afectos; Ciudad; Movilidad Urbana; Suspensión Activa.

Abstract

This article proposes the category of active suspension to analyze micro-episodes in which, while running in the city, a rhythmic cut reorganizes attention, affect, and the practical relation to the environment without stopping movement. Based on situated autoethnography and the analytical reading of two ordinary urban scenes, the article distinguishes this category from distraction, pause, drift, and mindfulness. It also develops a conceptual ladder —kinesthetic epoché, rhythmic break, affordance, affect, and resonance/dissonance— as a reading protocol for these episodes. The article argues that active suspension does not name a universal experience of the urban body, but a situated and socially distributed possibility that helps to think through the sensible dimension of mobility in Latin American urban contexts.

Keywords: Body; Affects; City; Urban Mobility; Active Suspension.

* Doctorando en Ciudad, Territorio y Sustentabilidad por la Universidad de Guadalajara. Líneas de investigación: corporalidad, experiencia urbana, movilidad urbana y prácticas urbanas. ORCID: <http://orcid.org/0009-0004-4351-6450>

Suspensión activa: microepisodios afectivos en la experiencia de correr por la ciudad

1. Introducción¹

Aun con la obscuridad inundando las calles, el cuerpo encuentra una cadencia suficiente para sostener el trote; la respiración comienza a acompasarse y la ciudad parece deslizarse como fondo, sin exigir demasiado. De pronto algo sucede. Antes del cruce de una avenida, un frenado brusco irrumpe con un chirrido metálico. El sonido no solo corta el ambiente: atraviesa el pecho, altera el compás cardíaco y vuelve extraña, por un instante, la continuidad del movimiento. El cuerpo no se detiene, pero algo cambia. La calle deja de ser un simple trayecto y se convierte en un campo tenso de atención, riesgo y reajuste. Más adelante, otra escena: una fachada familiar, apenas alcanzada por los primeros destellos del día, reorganiza la percepción del entorno y desarma la fatiga muscular. En ambos casos, el correr continúa, pero la relación entre cuerpo y ciudad ya no es la misma.

Este artículo parte de esos microepisodios para formular una pregunta acotada: ¿qué ocurre cuando, en medio del desplazamiento, un corte en la continuidad perceptiva reorganiza de manera densa la atención, el afecto y la legibilidad práctica del entorno?

En las ciudades contemporáneas, y de manera particularmente en los contextos urbanos latinoamericanos, la experiencia corporal del movimiento suele estar capturada por regímenes de prisa, inseguridad, espera, saturación sensorial y distribución desigual del tiempo disponible. En ese marco, la posibilidad misma de percibir con detenimiento, de dejarse afectar por el entorno o de suspender momentáneamente la finalidad instrumental del trayecto no constituye una condición universal del cuerpo urbano, sino una posibilidad

situada, abierta de forma desigual según género, clase, localización, régimen de movilidad y condiciones de seguridad (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021; Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023).

Desde esta perspectiva, el cuerpo interesa aquí no como interioridad autosuficiente ni como soporte biológico pasivo, sino como mediación situada entre ciudad, afecto y sentido (Rizo, 2022). Lo que está en juego no es simplemente cómo nos movemos, sino cómo ciertos modos de moverse vuelven legibles dimensiones de la ciudad que permanecen opacas cuando el análisis privilegia solo la circulación funcional o la representación abstracta del espacio (Csordas, 1990).

La categoría de suspensión activa se propone para nombrar precisamente esos episodios: un microacontecimiento en el que el movimiento no se interrumpe, pero su continuidad se densifica. No se trata de una pausa total, porque el cuerpo sigue avanzando; tampoco de una deriva, porque la experiencia no se dispersa, sino que se concentra. Menos aún de una simple distracción, ya que el episodio deja un excedente de sentido y reorganiza la relación práctica con el entorno. Llamo suspensión activa al momento en que un corte rítmico —un sonido, una textura, una luz, una imagen, una variación espacial— obliga al cuerpo a recalibrar su atención y, con ello, vuelve visible una dimensión afectiva y situada de la ciudad.

Este artículo se postula a partir de dos anclajes. Por un lado, delimita conceptualmente esta categoría y distingue de nociones próximas, como la distracción, la interrupción funcional o la atención plena entendida como técnica de autorregulación. Por otro, propone una vía de operacionalización a partir de una escena autoobservada de correr en la ciudad, leída mediante una escalera conceptual compuesta por cinco peldaños: epojé cinestésica, break rítmico,

¹ Este artículo toma como referencia la categoría de análisis: Suspensión Activa de mi tesis doctoral, realizada con el apoyo del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT).

recalibración perceptivo-motriz, *affordance*, afecto y resonancia/disonancia. El objetivo no es elevar una experiencia singular a la condición de verdad general, sino mostrar cómo una autoetnografía situada puede funcionar como acceso analítico a una unidad mínima de experiencia corporal urbana.

Conviene, desde el inicio, introducir una precisión metodológica y epistemológica. El artículo se apoya en una experiencia individual de correr y, por lo tanto, no pretende hablar en nombre de “el cuerpo” en abstracto ni universalizar la experiencia del movimiento urbano. La escena de la madrugada que aquí se analiza está mediada por condiciones específicas: familiaridad con el trayecto, disponibilidad temporal para correr, cierta relación con la infraestructura y una forma particular de exposición a la calle. La suspensión activa no se presenta, entonces, como capacidad homogénea de cualquier cuerpo en cualquier circunstancia, sino como posibilidad situada y diferencialmente distribuida. Si aquí puede leerse una dimensión micropolítica, no radica en romantizar el correr ni en suponer que toda pausa sensible es emancipadora, sino en mostrar que el derecho mismo a percibir, ralentizar y dejarse afectar por la ciudad también está estratificado. (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021).

La originalidad de la propuesta no reside en formular una teoría general del instante, sino en anclar un problema fenomenológico en escenas urbanas ordinarias: un cruce, un frenado, una fachada, una variación de luz, una alteración de la respiración, un ajuste mínimo de la zancada. En ese descenso de escala, la ciudad deja de ser telón de fondo y aparece como ensamblaje material que toca, corta, acompasa o hostiga al cuerpo en movimiento. La suspensión activa nombra, así, no una abstracción del tiempo, sino una configuración situada entre ritmos urbanos, percepción corporal y modulación afectiva.

Desde este contexto, el documento se organiza en cuatro apartados. Primero, sitúa el problema desde una discusión sobre cuerpo, afectos y ciudad en contextos urbanos latinoamericanos. Luego delimita la posición de enunciación, el corpus y los límites de la autoetnografía. Enseguida analiza dos escenas derivadas del correr urbano para mostrar cómo se produce empíricamente la suspensión activa. Finalmente, desarrolla la escalera conceptual como protocolo de lectura de esos episodios y discute tanto su alcance como sus límites políticos y comparativos frente a otras formas de movilidad urbana no deportiva.

2. Cuerpo, afectos y ciudad desde América Latina

Pensar la relación entre cuerpo, afectos y ciudad desde América Latina exige desplazar el problema desde una teoría general de la sensibilidad hacia una lectura situada de las condiciones en que los cuerpos se mueven, esperan, resisten, se exponen o se repliegan en el espacio urbano. En la región, la experiencia de la ciudad no puede comprenderse al margen de desigualdades persistentes en el acceso al tiempo, al espacio, a la seguridad y a transitar (Segura, 2021; Scribano y De Sena, 2019). La movilidad cotidiana se encuentra atravesada por infraestructuras fragmentadas, precarización laboral, violencia, saturación sensorial y regímenes de espera que no afectan a todos los cuerpos por igual (Concha et al., 2023; Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023). Por ello, antes que asumir el cuerpo como una instancia abstracta de percepción, conviene entenderlo como una superficie históricamente producida, vulnerable a intensidades y habilitada o inhibida de manera diferencial para sentir, atender y significar el entorno (Csordas, 1990; Moraña, 2021; Rizo, 2022).

Diversas investigaciones latinoamericanas han mostrado que la ciudad no solo organiza trayectorias materiales, sino que también distribuye formas de atención, exposición y afectación (Concha et al., 2023; Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021). Las “políticas de las sensibilidades” (Scribano y De Sena, 2019) permiten comprender que la experiencia urbana no está compuesta únicamente por desplazamientos y localizaciones, sino también por umbrales afectivos, fatigas acumuladas, sobresaltos, hostigamientos y breves aperturas perceptivas. La ciudad no es solo una red de infraestructuras: es también una economía de la atención y una distribución desigual de la exposición sensible (Scribano y De Sena, 2019).

En el campo latinoamericano de los estudios de movilidad, esta cuestión adquirió densidad particular. Lozano Rendón y Zunino Singh (2023) recuerdan, siguiendo el giro de la movilidad, que “el tiempo de viaje no es un tiempo muerto, sino vivido, encarnado, significado y representado” (p. 99). Desde ahí, la espera puede pensarse no como un vacío, sino como una experiencia temporal activa, cargada de desgaste, cálculo, frustración y vulnerabilidad. Esperar un autobús, permanecer en un andén o tolerar la detención repetida de un trayecto no son situaciones neutras; son formas de vivir el tiempo desde cuerpos expuestos a condiciones diferenciales de precariedad. Si la espera ya muestra que el tiempo urbano está socialmente distribuido, entonces también la posibilidad de suspenderse brevemente en medio del movimiento —de percibir algo más

allá de la pura urgencia funcional— debe entenderse como un privilegio relativo y no como una disposición universal del cuerpo (Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023; Segura, 2021).

Esto es decisivo para una investigación apoyada en la experiencia de correr por la ciudad. Correr no equivale a trasladarse por obligación, ni el cuerpo corredor puede asumirse acríticamente como emblema general de la experiencia urbana. Sin embargo, por su carácter rítmico, expuesto y cinestésicamente intensificado, el correr permite volver visibles ciertos microeventos afectivos que en otros desplazamientos permanecen difusos (Concha et al., 2023; Ramoneda, 2023). La pregunta, entonces, no es si el cuerpo que corre representa a todos los cuerpos urbanos, sino qué puede mostrar sobre la modulación sensible de la ciudad cuando se lo lee de manera situada y reflexiva (Rizo, 2022; Segura, 2021).

En las ciudades latinoamericanas, la experiencia sensible del espacio no puede separarse de la desigualdad urbana. Algunas calles se experimentan como acogedoras; otras, como expulsivas. Ciertos entornos habilitan demora o contemplación; otros exigen alerta constante o cálculo apresurado. Esta producción desigual de atmósferas afecta de forma decisiva la relación entre cuerpo y entorno, porque determina qué cuerpos pueden abrir su percepción y cuáles deben administrar prioritariamente el miedo, la fatiga o la urgencia (Anderson, 2009; Böhme, 1995; Segura, 2021).

La crítica a la anestesia contemporánea no debe entenderse solo como una tesis abstracta sobre la modernidad, sino como una pregunta situada por las formas urbanas de insensibilización (Segura, 2021). La saturación de estímulos, la aceleración y la repetición producen una suerte de entumecimiento sensible (Jalón Oyarzún, 2019). Pero en el contexto latinoamericano esa anestesia no se distribuye de manera homogénea: no es lo mismo la saturación de quien corre por elección al amanecer que la sobrecarga de quien enlaza varios trayectos laborales, espera transporte durante horas o atraviesa espacios urbanos hostiles bajo presión temporal (Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023; Scribano y De Sena, 2019). La ciudad neoliberal no solo acelera; también segmenta las condiciones bajo las cuales un cuerpo puede sentir, detener su foco, dejarse afectar o, por el contrario, encapsularse para soportar la jornada (Jalón Oyarzún, 2019; Scribano y De Sena, 2019).

Por eso importa entender el problema de la suspensión activa no como una teoría de la atención en general, sino como una interrogación por las condiciones urbanas de la sensibilidad. ¿Qué permite

que, en medio del movimiento, un cuerpo registre un quiebre del ritmo como algo más que un obstáculo? ¿Qué hace posible que un sonido, una luz o una fachada se densifiquen y no queden absorbidos por la pura funcionalidad del trayecto? Formuladas desde América Latina, estas preguntas obligan a reconocer que la percepción no ocurre en vacío: está mediada por inseguridad, tiempo disponible, familiaridad con el trayecto, clase, género, tipo de movilidad y exposición desigual a la precariedad (Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023; Segura, 2021).

Esta discusión exige también precisar de qué cuerpo hablamos. El cuerpo puede pensarse no solo como soporte de significados, sino como mediación comunicativa: una instancia en la que se articulan experiencias, intensidades y formas de relación con el entorno (Rizo, 2022). Esta idea resulta productiva porque desplaza el análisis desde el mensaje explícito hacia el acontecimiento relacional inscrito en la carne (Concha et al., 2023; Rizo, 2022). El cuerpo no comunica únicamente cuando habla o se representa; también cuando se tensa, se sobresalta, desacelera, rehúye o se acompasa (Rizo, 2022). En ese sentido, la ciudad no se interpreta exclusivamente a nivel cognitivo: también se incorpora, se padece, se tolera y, a veces, se deja leer a través de modulaciones corporales mínimas (Concha et al., 2023; Rizo, 2022).

Pensar el cuerpo como mediación situada implica dos desplazamientos. El primero consiste en evitar su abstracción universalista. El cuerpo que corre, espera, se detiene o acelera nunca es un cuerpo neutro: está atravesado por historia, género, clase, hábitos, vulnerabilidades y memorias espaciales (Csordas, 1990). El segundo supone reconocer que el cuerpo no es origen soberano del sentido. No se trata de un sujeto interior que luego proyecta emociones sobre la ciudad, sino de una superficie afectable cuya experiencia emerge en interacción con ritmos, objetos, sonidos, bordes, amenazas y acogidas del entorno urbano (Csordas, 1990; Merleau-Ponty, 2006). En esa medida, el cuerpo no es un simple receptor de estímulos ni una fuente puramente individual de significado: es el lugar donde la ciudad se vuelve experiencia (Csordas, 1990; Merleau-Ponty, 2006).

Una última precisión es necesaria para formular el problema con mayor rigor. En buena parte de la literatura contemporánea, el afecto ha sido equiparado a emoción subjetiva o a estado interior del individuo (Ahmed, 2004; Massumi, 2002). Para este análisis conviene, en cambio, trabajar con una noción menos psicologista y más relacional. Más que aquello que el sujeto siente como propiedad

privada, interesa el afecto en tanto modo en que el cuerpo es dispuesto por su encuentro con el mundo (Ahmed, 2004; Massumi, 2002). Esta distinción evita una lectura voluntarista de la experiencia urbana. No se trata simplemente de que un corredor se ponga nervioso o se sienta tranquilo, sino de cómo una cierta configuración espacial, sonora y rítmica modula corporalmente la experiencia y la vuelve narrable como sobresalto, alivio, tensión o acompañamiento (Ahmed, 2004; Massumi, 2002).

En una ciudad marcada por desigualdades de infraestructura, seguridad y tiempo, dejarse afectar nunca es una operación inocente (Ahmed, 2004; Scribano y De Sena, 2019). Hay cuerpos obligados a endurecerse para sostener el trayecto; hay otros que pueden abrir momentáneamente la atención al entorno; hay recorridos que producen vigilancia y otros que habilitan resonancia (Ahmed, 2004; Scribano y De Sena, 2019). En este sentido, el problema del afecto remite directamente al problema de la ciudad: no como escenario, sino como fuerza que modela corporalmente la experiencia (Ahmed, 2004; Scribano y De Sena, 2019).

Desde aquí se formula con mayor precisión el problema central del artículo. La suspensión activa no nombra una experiencia universal del cuerpo urbano ni una interrupción cualquiera del ritmo. Nombra, más bien, un microacontecimiento en el que la ciudad, a través de una modulación concreta del entorno, irrumpe en la continuidad del movimiento y reorganiza atención, afecto y relación práctica con el espacio. Su análisis exige, por tanto, atender simultáneamente a la materialidad urbana, a la corporalidad situada y a las economías diferenciales de la sensibilidad que atraviesan la experiencia latinoamericana de la ciudad (Ahmed, 2004; Segura, 2021).

3. Delimitación metodológica

La propuesta de suspensión activa se construye a partir de una experiencia autoetnográfica de correr en la ciudad. Esta elección metodológica ofrece una ventaja y, al mismo tiempo, impone una exigencia. La ventaja radica en que permite acceder con alto grado de proximidad a microvariaciones perceptivas, afectivas y rítmicas que difícilmente se dejan captar mediante registros externos o exclusivamente representacionales (Ellis et al., 2010; Pink, 2015). La exigencia consiste en impedir que esa proximidad derive en autosuficiencia interpretativa (Chang, 2008; Ellis et al., 2010). El uso de la primera persona no puede equivaler a una autorización tácita para universalizar la experiencia propia ni para presentar el cuerpo que corre como medida general

del habitar urbano. Por ello, este apartado explicita la posición de enunciación desde la cual se formula el análisis, define el alcance del corpus y precisa los límites de la autoetnografía como vía de conocimiento (Chang, 2008; Pink, 2015).

La escena que estructura este artículo no debe leerse como una experiencia universal del cuerpo urbano. Se trata de una experiencia situada, mediada por condiciones específicas de posibilidad: la práctica habitual de correr, la familiaridad con ciertos trayectos, la disponibilidad temporal para salir de madrugada, un grado relativo de seguridad para ocupar la calle a esa hora y una relación corporal previamente entrenada para sostener el movimiento, registrar variaciones de ritmo y traducirlas posteriormente en escritura (Pink, 2015; van Manen, 2014).

Estas condiciones no son menores. La posibilidad de correr por elección en la ciudad, y de hacerlo en un horario que permite cierta apertura perceptiva al entorno, no está igualmente distribuida entre todos los cuerpos (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021). Género, clase, localización, régimen laboral, responsabilidades de cuidado, nivel de exposición a la inseguridad y acceso desigual a infraestructura urbana inciden de manera decisiva en la forma en que el espacio es vivido (Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023; Segura, 2021). Para algunos cuerpos, la madrugada puede habilitar un margen de respiración y lectura del entorno; para otros, el mismo horario intensifica la vulnerabilidad, la vigilancia o el cálculo defensivo del trayecto (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021). Bajo este entendido, la primera persona no opera aquí como transparencia del yo, sino como punto de acceso reflexivo a una experiencia corporal socialmente situada (Chang, 2008; Ellis et al., 2010).

El corpus de este artículo no está compuesto por una serie exhaustiva de recorridos ni por una base amplia de datos fisiológicos o georreferenciados (Chang, 2008). Esta precisión resulta necesaria para no sobredimensionar el alcance del material empírico (van Manen, 2014). El núcleo vivencial es más acotado: se trata de una escena autoobservada y reconstruida a partir de la experiencia de correr en trayectos urbanos recurrentes, sedimentada en memoria corporal inmediata y reelaborada mediante escritura fenomenológica posterior (Chang, 2008; van Manen, 2014). La validez del registro no depende aquí de la pretensión de exhaustividad, sino de la densidad descriptiva, la coherencia interna del episodio y su capacidad para ser releído mediante una secuencia analítica explícita (Chang, 2008; van Manen, 2014). El interludio que organiza la sección analítica no es una

licencia literaria separada del trabajo de investigación, sino la forma textual que adquiere un episodio seleccionado por su capacidad para condensar los componentes centrales de la categoría propuesta (Chang, 2008; van Manen, 2014).

La unidad de análisis del artículo no es el correr urbano en general ni la experiencia completa del trayecto. Lo que aquí se analiza son microepisodios de interrupción perceptivo-afectiva en movimiento, es decir, momentos breves en los que la continuidad del desplazamiento se reorganiza por un corte del ritmo que no detiene la acción, pero sí modifica de manera densa la atención, la tonalidad afectiva y la relación práctica con el entorno (Ahmed, 2004; Gibson, 1979; Lefebvre, 2004; Massumi, 2002).

Para que un episodio sea leído bajo esa categoría deben concurrir, al menos, cuatro condiciones: el movimiento no se detiene por completo; se produce una reorganización perceptiva y no solo una dispersión del foco; emerge una modulación afectiva reconocible en el cuerpo; y el entorno deja de operar como simple fondo para volverse prácticamente legible como riesgo, refugio, llamada, memoria o ajuste de trayectoria (Ahmed, 2004; Gibson, 1979; Massumi, 2002; Merleau-Ponty, 2006). Esta delimitación permite diferenciar la suspensión activa de una mera interrupción funcional o de una distracción pasajera.

La autoetnografía vuelve visible la textura fina de la experiencia: ritmos, sobresaltos, memorias espaciales, pequeñas modulaciones del cuerpo y microdecisiones que configuran un modo de habitar la ciudad en movimiento (Pink, 2015; van Manen, 2014). En ese sentido, su aportación no es estadística ni representativa, sino analítica: ofrecer una unidad mínima desde la cual pensar cómo ciertos cortes urbanos devienen episodios de densificación sensible (Chang, 2008; van Manen, 2014).

Sin embargo, esta misma estrategia presenta límites que deben ser reconocidos con claridad (Chang, 2008; Ellis et al., 2010). El corpus no autoriza extrapolaciones generales sobre otros cuerpos, otros horarios u otras formas de movilidad (Chang, 2008). La suspensión activa, tal como se formula aquí, ha sido elaborada a partir de una experiencia específica de correr y no ha sido contrastada empíricamente, en esta versión, con prácticas como la caminata utilitaria, la bicicleta o el transporte público (Ellis et al., 2010; Pink, 2015). Además, la reconstrucción fenomenológica de un episodio no puede desligarse de la memoria, del lenguaje y de las operaciones de selección que intervienen en toda escritura posterior

(van Manen, 2014). La autoetnografía no elimina la mediación interpretativa; al contrario, la vuelve más exigente, porque obliga a explicitar desde dónde se percibe, qué se selecciona como significativo y bajo qué marco se lo conceptualiza (Chang, 2008; van Manen, 2014).

4. Interludio analítico: dos escenas de suspensión en movimiento

Si en los apartados anteriores se ha insistido en que la suspensión activa no debe permanecer en el plano de una formulación abstracta, este interludio cumple justamente la función de hacer visible su inscripción empírica (Pink, 2015; van Manen, 2014). No se trata de introducir una pausa literaria en medio del argumento, sino de presentar el material desde el cual el concepto puede ser trabajado analíticamente (van Manen, 2014). El interés de estas escenas no radica en su excepcionalidad, sino en su carácter ordinario: un frenado brusco antes de un cruce, una fachada reconocible al amanecer, una alteración mínima del pulso, una variación de luz, un ajuste casi imperceptible en la zancada (Pink, 2015; Stewart, 2007). Es en esa escala menor donde la ciudad se vuelve legible no como totalidad, sino como conjunto de fricciones, llamadas, resistencias y acompañamientos que atraviesan al cuerpo en movimiento (Concha et al., 2023; Stewart, 2007).

4.1. El Frenado en el cruce: cuando la ciudad corta el compás

Todavía es temprano. La luz es escasa, el aire frío y la calle conserva esa mezcla ambigua entre quietud y amenaza latente que caracteriza a ciertos momentos previos al amanecer. Después de los primeros minutos de ajuste, el cuerpo comienza a encontrar un ritmo suficiente: la respiración se estabiliza, la zancada se vuelve más económica y el entorno parece deslizarse como un fondo relativamente continuo.

Esa continuidad se interrumpe antes de llegar a una avenida. El frenado brusco de un vehículo irrumpe con un chirrido metálico, seco, desproporcionado respecto de la quietud relativa del momento. El sonido no se registra solo como dato auditivo: atraviesa el pecho, altera la respiración y produce un desajuste inmediato entre el ritmo corporal y el ritmo del entorno (Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006). El cuerpo no se detiene, pero deja de correr en la misma ciudad. El cruce, que hasta un instante antes funcionaba como parte del trayecto, aparece ahora

como umbral de riesgo (Ahmed, 2004; Gibson, 1979). La atención se concentra. La mirada deja de deslizarse en continuidad y se fija en el borde, en la luz roja, en la distancia respecto del vehículo, en la amplitud de la avenida y en la necesidad de recalibrar la trayectoria (Gibson, 1979; Merleau-Ponty, 2006).

La experiencia no puede describirse adecuadamente ni como simple sobresalto ni como mera distracción. Si se tratara solo de un estímulo externo, el episodio se agotaría en la descarga momentánea del sobresalto. Pero lo que se produce es algo más denso: el entorno adquiere una nueva legibilidad práctica (Gibson, 1979; Merleau-Ponty, 2006). La avenida se vuelve otra cosa; el cuerpo, también. El sonido transforma la escena en un campo de acción donde desacelerar, tensar la atención, medir el borde o reformular la trayectoria se vuelven operaciones corporales inmediatas (Gibson, 1979; Merleau-Ponty, 2006). La calle deja de ser puro soporte del movimiento y aparece como una instancia que hostiga y exige respuesta (Ahmed, 2004; Lefebvre, 2004).

4.2. La fachada familiar al amanecer: cuando el entorno acompasa

La segunda escena se ubica poco después y tiene una tonalidad distinta. El cuerpo continúa corriendo, pero el episodio anterior deja una huella residual: el ritmo se recompone, aunque no regresa del todo a la neutralidad previa (Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006). A cierta distancia, una fachada familiar comienza a recortarse bajo la luz incierta del amanecer. No se trata de un monumento ni de un elemento extraordinario del paisaje urbano. Es una presencia ordinaria, reconocible por su color deslavado, por cierta disposición de sus líneas y por la forma en que la luz temprana cae sobre su superficie. Lo decisivo es que esa imagen no se limita a ser vista: penetra la experiencia corporal del trayecto (Csordas, 1990; Merleau-Ponty, 2006).

La fatiga se modifica. La percepción del entorno cambia de tono. El aire frío, la luz en transición y la familiaridad de la fachada se articulan como una escena en la que el cuerpo no se siente hostigado, sino acompañado. No hay aquí un corte agresivo del compás, como en el caso anterior, pero sí una condensación. La imagen activa algo que no es puramente visual: una memoria corporal del trayecto, una historia de repeticiones, una sedimentación de

encuentros previos con ese mismo punto de la ciudad (Csordas, 1990; Merleau-Ponty, 2006). La fachada no significa únicamente porque remita a un objeto conocido; opera porque reordena la experiencia presente del correr (Merleau-Ponty, 2006). Modula la fatiga, devuelve cierta continuidad al movimiento y abre una relación distinta con el entorno (Ahmed, 2004; Rosa, 2019).

4.3. Por qué estas escenas importan

La pertinencia analítica de estas escenas no radica en su valor autoetnográfico, sino en que permiten observar, a escala mínima, cómo una práctica de movilidad revela modulaciones diferenciadas del vínculo entre cuerpo y ciudad (Concha et al., 2023; Cresswell, 2010). El episodio del frenado muestra una ciudad que interrumpe, desacompasa y hostiga; el de la fachada, una ciudad que acompaña, sostiene y reordena (Lefebvre, 2004; Rosa, 2019). Entre ambos no hay oposición absoluta, sino variaciones en la manera en que el entorno se vuelve perceptible y afecta corporalmente el trayecto (Ahmed, 2004; Merleau-Ponty, 2006). Justamente ahí se ubica la productividad de la noción de suspensión activa: no en nombrar cualquier interrupción, sino en permitir leer episodios en los que el movimiento continúa mientras la experiencia se concentra y se vuelve analíticamente legible (Gibson, 1979; Lefebvre, 2004; Rosa, 2019).

La siguiente tabla convierte las dos escenas del interludio en evidencia analítica. Su propósito es mostrar que la suspensión activa no se reconoce únicamente en el plano conceptual, sino en una serie de indicios mundanos: un sonido, un cruce, una fachada, una variación de luz, una modificación de la respiración, un ajuste de zancada o una decisión corporal mínima. Cada episodio se descompone en estímulo, soporte material, huella corporal, efecto emergente y lectura urbana para mostrar cómo la experiencia de correr permite pensar sociológicamente la relación entre cuerpo y ciudad. De este modo, el interludio deja de operar como escena evocativa y se convierte en material empírico susceptible de análisis.

Cuadro 1. Matriz empírica de la suspensión activa

Ver anexo

5. Delimitación conceptual

La necesidad de esta delimitación no es menor. Si todo corte del ritmo, toda alteración del foco o toda irrupción del entorno pudiera nombrarse como suspensión activa, el concepto perdería poder analítico y correría el riesgo de confundirse con experiencias distintas entre sí, como la distracción, la pausa, la deriva o incluso la atención plena entendida como práctica voluntaria de focalización (Ahmed, 2004; Lefebvre, 2004). La suspensión activa no designa cualquier estímulo que irrumpe en la experiencia del correr. Tampoco nombra una disposición contemplativa constante ni una simple ralentización del movimiento. Lo que busca identificar es un microacontecimiento situado en el que la continuidad del desplazamiento se reorganiza sin que el cuerpo se detenga por completo; un episodio en el que un corte del ritmo no dispersa la experiencia, sino que la concentra, y en el que el entorno deja de operar como fondo para volverse prácticamente legible como riesgo, refugio, llamada, memoria o acompañamiento (Gibson, 1979; Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006).

Suspensión activa no es distracción. La distracción implica un desvío pasajero del foco de atención (Ahmed, 2004). Algo capta momentáneamente la mirada, el oído o el pensamiento y desvía el curso de la acción sin alterar de manera significativa la estructura de la experiencia. La distracción dispersa. Interrumpe el hilo de la atención, pero no necesariamente modifica el modo en que el cuerpo habita el entorno (Ahmed, 2004; Merleau-Ponty, 2006).

La suspensión activa, en cambio, no dispersa: condensa. Su especificidad no radica en que algo desvíe la atención, sino en que el episodio reorganiza de manera densa la relación entre atención, afecto y entorno (Ahmed, 2004; Massumi, 2002). Un ruido puede distraer; solo en ciertas condiciones ese mismo ruido deviene corte rítmico con consecuencias perceptivas y prácticas sobre el movimiento (Gibson, 1979; Lefebvre, 2004). En la escena del frenado, el chirrido no se agota en una captación auditiva momentánea; altera el compás respiratorio, modifica la legibilidad del cruce y obliga al cuerpo a recalibrar su presencia en la avenida (Gibson, 1979; Merleau-Ponty, 2006).

Suspensión activa no es pausa ni detención. La suspensión activa no es una pausa en el sentido de inmovilidad o detención total (Merleau-Ponty, 2006). Si lo fuera, bastaría detenerse para mirar algo, descansar o pensar, y la categoría se volvería excesivamente amplia. Lo que interesa aquí es una situación más compleja: el cuerpo sigue moviéndose,

pero el movimiento ya no ocurre bajo el mismo régimen de atención ni bajo la misma continuidad perceptiva (Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006). La suspensión activa designa justamente esa paradoja mínima: no hay detención del desplazamiento, pero sí una modificación densa de su vivencia (Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006).

Suspensión activa no es deriva. La deriva remite a una forma de deambulación abierta en la que el sujeto se deja llevar por las intensidades del espacio (Debord, 1999). La suspensión activa no designa ese tipo de disponibilidad extendida al azar urbano. Su temporalidad es mucho más breve, concentrada y densa. No describe un modo general de recorrer la ciudad, sino un episodio localizado en el que un encuentro puntual reconfigura, por un instante, el vínculo entre cuerpo y entorno (Merleau-Ponty, 2006).

Suspensión activa no es mindfulness. Aunque la suspensión activa y el mindfulness comparten una preocupación por la atención, no nombran el mismo fenómeno. Brown y Ryan (2003) abren su artículo señalando que “Mindfulness is an attribute of consciousness long believed to promote well-being” (p. 822). La suspensión activa, en cambio, no es una técnica voluntaria de focalización. No surge porque el cuerpo decida colocarse en estado de atención plena ni porque busque serenidad o autorregulación. Su rasgo distintivo es que acontece cuando el entorno irrumpe y reorganiza el movimiento desde fuera de la voluntad plena del sujeto.

Delimitar la suspensión activa frente a la distracción, la pausa, la deriva y el mindfulness permite definir con mayor precisión el umbral que esta categoría busca nombrar. No se trata de cualquier interrupción, sino de un episodio en el que el movimiento continúa mientras la experiencia se concentra; no se trata de una técnica de presencia, sino de una reconfiguración relacional provocada por el entorno; no se trata de una apertura vaga del trayecto, sino de una condensación puntual y situada.

6. La escalera conceptual como protocolo de lectura

La delimitación negativa no basta por sí sola. Para que la categoría gane densidad analítica, es necesario mostrar cómo se compone y cómo puede leerse empíricamente en episodios concretos del correr urbano. Con ese propósito se propone aquí una escalera conceptual compuesta por cinco peldaños: epojé cinestésica, break rítmico, affordance, afecto y resonancia/disonancia (Ahmed, 2004; Gibson, 1979; Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006; Rosa, 2019)

La figura sintetiza la escalera conceptual propuesta para leer los microepisodios de suspensión activa durante el correr urbano. No debe entenderse como una secuencia rígida ni como una cadena causal automática, sino como un protocolo de lectura situado que permite descomponer analíticamente un episodio en movimiento. Cada peldaño identifica una operación específica: la apertura atencional del cuerpo, el corte del compás, la nueva legibilidad práctica del entorno, la modulación afectiva y el tipo de acoplamiento final entre cuerpo y ciudad. En conjunto, la figura muestra cómo un acontecimiento mínimo —un frenado, una fachada, una variación de ritmo o de luz— puede pasar de ser una simple interrupción a convertirse en evidencia analítica de la relación entre cuerpo, afecto y espacio urbano.

Figura 1. Escalera analítica de percepción y movimiento

Ver anexo

6.1. Epojé cinestésica: apertura atencional en movimiento

La epojé cinestésica nombra una suspensión parcial de la orientación puramente instrumental del movimiento (Merleau-Ponty, 2006). Su pregunta central es: ¿cuándo el cuerpo deja de moverse solo para llegar y se abre a registrar el entorno? El cuerpo sigue corriendo, pero ya no lo hace únicamente bajo la lógica de llegar, rendir o sostener una marca; entra en una disposición en la que el entorno puede comparecer con mayor espesor sensible. En el interludio, esta disposición aparece antes de cualquier irrupción fuerte: la respiración se estabiliza, el trote se acompasa y el entorno comienza a deslizarse con relativa continuidad. No es todavía suspensión activa en sentido pleno, pero sí constituye su condición de posibilidad.

La importancia analítica de este primer peldaño radica en que permite evitar una comprensión mecanicista del concepto. La suspensión activa no aparece porque el estímulo sea simplemente lo bastante fuerte; requiere que el cuerpo se encuentre en una cierta disposición de apertura. Esto no implica serenidad plena ni calma interior en sentido psicológico. Significa, más bien, que el movimiento ha alcanzado un umbral de regularidad suficiente para que una irrupción urbana no se reduzca a ruido de fondo. La epojé cinestésica no es el instante mismo de la suspensión, sino el umbral de sensibilidad desde el cual algo del mundo puede volverse corporalmente legible.

6.2. Break rítmico: cuando la ciudad corta el compás

El segundo peldaño es el break rítmico. Aquí la categoría se aproxima con mayor claridad a la ritmología urbana: un corte, una irrupción, una discontinuidad que rompe el compás relativamente estabilizado del cuerpo (Lefebvre, 2004). Sin embargo, no cualquier quiebre del ritmo merece ese nombre en el sentido analítico que aquí interesa. El break relevante es aquel que, además de alterar la continuidad, vuelve perceptible la fricción entre ritmos corporales y ritmos urbanos. Es decir, ¿Qué irrumpe y qué revela ese quiebre sobre la relación entre cuerpo y ciudad?

En la primera escena del interludio, el frenado brusco cumple exactamente esa función. El chirrido metálico no es solo un sonido que sobresale del ambiente: corta el compás corporal. Altera la respiración, modifica el pulso y desacompasa la continuidad recién alcanzada del trote. El cuerpo no se detiene, pero el trayecto deja de experimentarse en la misma clave. La avenida aparece ahora como una zona de tensión; el paso siguiente ya no está inscrito en una continuidad casi automática, sino en una relación de atención más densa con el entorno.

El break no agota el fenómeno. Si el análisis se quedara allí, la suspensión activa se reduciría a una teoría de la interrupción. Pero el interés del artículo no está solo en constatar que el ritmo se rompe, sino en examinar qué se vuelve posible —o visible— después de esa ruptura.

6.3. Del break a la affordance: recalibración perceptivo-motriz

Este tercer peldaño es uno de los más delicados. La affordance no es el estímulo mismo ni la reacción refleja que este provoca. No está en el ruido como tal. Lo que ocurre es algo más complejo: el break obliga al cuerpo a una recalibración perceptivo-motriz, y es en esa reorganización donde el entorno deja de operar como fondo y aparece como campo práctico de acción (Gibson, 1979; Merleau-Ponty, 2006). La pregunta analítica es ¿Qué posibilidades de acción abre el entorno después del corte rítmico?

En la escena del frenado, el chirrido no ofrece por sí mismo una acción. Lo que se vuelve legible, a partir del corte, es el cruce como umbral de riesgo, el borde como zona de resguardo, la desaceleración como opción corporalmente pertinente, la distancia respecto del vehículo como dato decisivo y la trayectoria como algo que debe reajustarse. La affordance no reside, entonces, en el sonido aislado,

sino en la nueva configuración práctica del entorno. El espacio urbano cambia de estatuto: deja de ser continuidad para convertirse en problema situado.

La segunda escena del interludio también permite afinar esta dimensión, aunque de manera menos abrupta. La fachada familiar no interrumpe con hostilidad, pero sí reorganiza la experiencia lo suficiente como para abrir otra *affordance*: no la del resguardo frente al riesgo, sino la de una continuidad acompañada. La imagen habilita un modo distinto de seguir corriendo; hace posible que el cuerpo reencuentre cierta regularidad y que la fatiga se module de otro modo. La *affordance*, por tanto, no debe reducirse a obstáculo o respuesta defensiva; puede nombrar también una oportunidad de acompañamiento.

Formulado así, el paso del break a la *affordance* deja de parecer un salto lógico. Entre ambos media una recalibración del campo perceptivo y motor. El break corta; la *affordance* orienta. El primero desorganiza; la segunda vuelve el entorno prácticamente legible bajo una nueva clave.

6.4. Afecto y pathos: modulación corporal de la experiencia

El cuarto peldaño es el afecto. ¿Cómo se modula el cuerpo? Aquí la escalera conceptual se desplaza del plano estrictamente rítmico y práctico hacia la tonalidad corporal que emerge del episodio. Sin embargo, conviene precisar que afecto no significa aquí emoción privada, plenamente elaborada o elegida por un sujeto soberano. Se lo trabaja, más bien, como una modulación corporal: un modo en que el cuerpo es puesto en cierta disposición por su encuentro con el entorno (Ahmed, 2004; Massumi, 2002).

La primera escena del interludio ofrece un ejemplo nítido. Tras el chirrido, el latido se duplica: uno interno, otro externo, metálico, ajeno. Esta formulación permite captar que el afecto no es todavía una emoción nombrada, como miedo o irritación en sentido psicológico. Es, antes que nada, una variación de intensidad en el cuerpo: una tensión, una aceleración, una exposición. El entorno no es interpretado primero y sentido después; la afectación ocurre en el cuerpo mismo como transformación inmediata de su modo de estar en el espacio.

La segunda escena muestra una modulación de signo distinto. La fachada familiar desarma la fatiga muscular y reactiva una memoria. Aquí el afecto no toma la forma de sobresalto, sino de

alivio, acompañamiento y proximidad. Lo decisivo es que tampoco se trata de una emoción plenamente tematizada en el instante. La imagen toca al cuerpo antes de convertirse en juicio o narrativa. El entorno no solo es visto; es padecido y acogido corporalmente.

6.5. Resonancia y disonancia: modos de acoplamiento con la ciudad

El quinto peldaño condensa el efecto global del episodio: ¿El entorno acompasa o desorganiza el movimiento? A diferencia de los peldaños anteriores, que permiten aislar operaciones más puntuales, esta última dimensión nombra la cualidad general del vínculo que emerge entre cuerpo y entorno tras el episodio (Rosa, 2019). No es un añadido externo, sino la manera en que la suspensión activa se estabiliza momentáneamente como experiencia relacional.

En la primera escena, la forma dominante es la disonancia. El entorno urbano, a través del frenado brusco, se presenta como fuerza refractaria. No acompasa el movimiento, sino que lo desorganiza. El cuerpo sigue corriendo, pero lo hace ahora bajo una relación de extrañamiento respecto de la avenida: la ciudad se vuelve hostil, demasiado presente, demasiado abrupta. La disonancia no implica colapso total del vínculo, sino un modo de relación en el que el mundo deja de sostener el movimiento y pasa a oponérsele o exigirle una renegociación.

La segunda escena permite mostrar la forma opuesta, aunque no en clave idealizada: la resonancia. La fachada familiar no suprime la complejidad del entorno ni convierte mágicamente la ciudad en espacio armonioso, pero sí introduce una modulación en la que el cuerpo se siente acompañado por una presencia que reorganiza positivamente la experiencia del trayecto. La memoria, la luz y la imagen componen un instante en que el entorno no hostiga, sino que acompasa. La resonancia, en este caso, no es fusión total ni concordia plena, sino una forma situada de sintonía en la que el cuerpo puede seguir moviéndose bajo una relación menos refractaria con el espacio.

7. Dimensión política

La formulación de la suspensión activa como microacontecimiento corporal y urbano permite abrir una dimensión política del problema, siempre que no se precipite una lectura celebratoria del concepto. Una tentación frecuente consiste en atribuir valor emancipador a cualquier interrupción del ritmo dominante (Cresswell, 2010). Sin embargo, ni toda suspensión es apertura ni todo corte del

compás produce una desautomatización crítica de la experiencia. Más aún, la posibilidad de pausar sin detenerse, dejarse afectar por el entorno y convertir esa afectación en episodio legible no se distribuye homogéneamente entre los cuerpos que habitan la ciudad (Scribano y De Sena, 2019; Cresswell, 2010).

La primera precisión política consiste en distinguir entre movilidades electivas y movilidades obligadas (Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023). El cuerpo que corre por decisión propia, sobre un trayecto conocido y en una franja horaria relativamente estabilizada, no habita la calle bajo las mismas condiciones que quien se desplaza para trabajar, cuidar, vender, repartir o enlazar varios medios de transporte en tiempos estrechos y bajo condiciones materiales adversas (Concha et al., 2023; Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023). Lo que para un cuerpo puede densificarse como episodio perceptivo-afectivo, para otro puede inscribirse como intensificación del estrés, del cálculo o de la vigilancia (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021).

Esta diferencia obliga a introducir cautela frente a cualquier intento de universalizar la categoría. La suspensión activa emerge aquí en una práctica de movilidad parcialmente electiva, donde existe un margen —mínimo y contingente— para que el cuerpo no esté enteramente capturado por la lógica del llegar, producir o sobrevivir. En otros regímenes de movilidad urbana, ese margen puede reducirse por la urgencia, la inseguridad, la precariedad del trayecto o la obligación de sostener desplazamientos funcionales bajo presión temporal (Segura, 2021; Lozano Rendón y Zunino Singh, 2023). Por ello, la suspensión activa no debe entenderse como una capacidad natural del cuerpo urbano, sino como una posibilidad socialmente distribuida (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021).

Algunos cuerpos transitan bajo una lógica de apertura relativa; otros lo hacen bajo una lógica de resguardo, endurecimiento o urgencia (Scribano y De Sena, 2019). La posibilidad de que un episodio urbano se vuelva suspensión activa depende de condiciones concretas: disponibilidad temporal, familiaridad con el recorrido, seguridad percibida, infraestructura caminable o corrible, margen corporal para no estar saturado de fatiga y cierta estabilidad mínima del movimiento (Segura, 2021; Scribano y De Sena, 2019). Desde esta perspectiva, la suspensión deja de ser una figura romántica de resistencia y aparece como un bien urbano desigualmente repartido. Hay cuerpos que pueden ralentizar mínimamente su foco sin poner en riesgo su integridad, su ingreso o su trayecto; otros no. Hay recorridos donde la percepción puede abrirse

a la modulación del entorno; otros están dominados por la administración del peligro, el cansancio o el tiempo escaso.

La suspensión activa debe ser redefinida, entonces, como una posibilidad situada. No se atribuye de forma homogénea a todos los cuerpos ni a todas las movilidades. Su emergencia depende de una articulación contingente entre disposición corporal, entorno urbano y margen socialmente disponible para dejarse afectar (Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021). Esta precisión impide que la categoría se convierta en un término totalizante para describir cualquier encuentro sensible con la ciudad. También tiene consecuencias metodológicas y teóricas. Metodológicamente, obliga a que la autoetnografía no se presente como ejemplo universal, sino como caso localizado que permite formular una hipótesis analítica. Teóricamente, evita que la categoría se vuelva demasiado amplia para nombrar cualquier interrupción o intensificación perceptiva. La suspensión activa no es una propiedad general del cuerpo urbano, sino una forma específica de reorganización del movimiento, comprensible solo en relación con un régimen determinado de movilidad, atención y vulnerabilidad.

Este desplazamiento permite reformular el valor del correr en el artículo. Correr no importa porque posea superioridad moral o epistemológica respecto de otras movilidades, sino porque intensifica ciertos rasgos del vínculo entre cuerpo y ciudad: el ritmo, la exposición, la negociación continua con el entorno y la posibilidad de que una variación mínima se inscriba de inmediato en la percepción y en el gesto. La práctica del correr vuelve visibles, en un grado más pronunciado, fricciones que atraviesan muchas otras formas de habitar la ciudad. Pero esa intensificación no debe confundirse con universalidad.

La micropolítica de la suspensión activa no consiste en proclamar que todo corte del ritmo sea emancipador, sino en mostrar que incluso las formas mínimas de percepción están socialmente organizadas (Cresswell, 2010; Scribano y De Sena, 2019). Un instante en el que el cuerpo reorganiza su relación con el entorno permite evidenciar que el movimiento urbano no es solo circulación, sino también modulación sensible. Y si esa modulación no está igualmente disponible para todos, el episodio deja ver algo más amplio que sí mismo: una cronopolítica de la ciudad, una distribución desigual del cansancio, del resguardo y de la posibilidad de sostener una relación no puramente funcional con el espacio (Cresswell, 2010; Scribano y De Sena, 2019).

En este sentido, la suspensión activa no es política porque interrumpa de manera espectacular el orden urbano, sino porque revela en miniatura la trama de desigualdades que estructura la experiencia ordinaria del movimiento. Su fuerza no radica en oponerse frontalmente al régimen de la aceleración, sino en mostrar que incluso un instante mínimo de reconfiguración corporal puede poner al descubierto la tensión entre ritmos impuestos y ritmos vividos (Lefebvre, 2004). La ciudad, en esos momentos, ya no aparece solo como infraestructura que organiza trayectos, sino como dispositivo que distribuye sensibilidades, atenúa o intensifica afectos y hace posible —o imposible— determinadas formas de presencia.

Esta lectura micropolítica debe conservar su modestia. La suspensión activa no transforma por sí sola la estructura desigual de la ciudad ni sustituye otros análisis sobre movilidad, violencia, género o infraestructura. Su valor reside en otra escala: permite leer cómo esas grandes estructuras se inscriben en el cuerpo y cómo, en determinados episodios, esa inscripción se vuelve sensible. Así, el argumento político se mantiene situado: no celebra el instante, sino que lo usa para observar qué condiciones materiales permiten que un cuerpo convierta la interrupción urbana en experiencia sensible y analíticamente legible, sin borrar sus límites concretos. No es una solución política, sino una vía para describir con mayor precisión la textura corporal de un orden urbano desigual.

8. Alcance comparativo y agenda de investigación

La categoría de suspensión activa ha sido construida en este artículo a partir de una experiencia específica de correr en la ciudad. Su fuerza radica en que el correr, por su continuidad rítmica, su exposición sensible y su negociación constante con el entorno, vuelve especialmente legibles ciertos microepisodios en los que un corte del ritmo reorganiza atención, afecto y relación práctica con la ciudad (Cresswell, 2010; Sheller y Urry, 2006). Su límite, al mismo tiempo, es que esa intensificación no autoriza a extrapolar automáticamente el concepto hacia cualquier forma de movilidad urbana. La suspensión activa no debe entenderse, por tanto, como una categoría universal del movimiento, sino como una hipótesis analítica situada.

Lo más razonable es sostener que la categoría nace de una práctica particular, pero que sus componentes —epojé cinestésica, break rítmico, affordance, afecto y resonancia/disonancia—

podrían funcionar como esquema de lectura en otros regímenes de movilidad, siempre que esa transferencia sea contrastada empíricamente y no asumida por analogía inmediata (Sheller y Urry, 2006; Cresswell, 2010). En este sentido, la propuesta no afirma de antemano una validez general del concepto, sino que abre una vía comparativa para examinar cómo cambia la experiencia cuando varían la velocidad, la finalidad del trayecto, la agencia motriz, la infraestructura disponible y las condiciones de exposición del cuerpo al entorno.

La caminata utilitaria, la movilidad ciclista y ciertos trayectos en transporte público aparecen como campos plausibles de contraste. En la caminata utilitaria, la suspensión activa podría manifestarse de forma más fragmentaria, comprimida por la urgencia funcional del trayecto o por la necesidad de llegar a tiempo. En la bicicleta urbana, el campo práctico de acción cambiaría por la velocidad, el equilibrio, la exposición vial y el riesgo. En el transporte público, la categoría quizá deba reformularse con mayor cuidado, pues la agencia motriz del cuerpo no opera del mismo modo: el cuerpo no conduce directamente el desplazamiento, pero sí experimenta espera, hacinamiento, sobresalto, incomodidad, vigilancia o agotamiento.

Esta agenda comparativa tiene una doble utilidad. Por un lado, permitiría precisar la especificidad del correr como práctica intensificadora de ciertas relaciones entre cuerpo y ciudad. Por otro, ayudaría a distinguir qué elementos de la suspensión activa pertenecen al caso aquí analizado y cuáles pueden proyectarse, con las mediaciones necesarias, hacia otras movilidades urbanas. El valor del concepto no depende de explicarlo todo desde su primera formulación, sino de su capacidad para producir comparaciones situadas y abrir nuevas preguntas sobre las formas corporales, afectivas y temporales de habitar la ciudad.

9. Conclusiones

El artículo propone la suspensión activa como un microacontecimiento situado en el que el movimiento continúa, pero la experiencia se densifica y reorganiza la relación entre cuerpo, afecto y ciudad (Lefebvre, 2004; Merleau-Ponty, 2006). A partir de dos escenas de correr —el frenado brusco en un cruce y la fachada familiar al amanecer— se mostró que ciertos cortes del ritmo permiten leer cómo el entorno urbano deja de ser fondo y se vuelve campo práctico de riesgo, refugio, memoria o acompañamiento (Ahmed, 2004; Gibson, 1979; Rosa, 2019). El texto

delimitó la categoría frente a distracción, pausa, deriva y mindfulness, y propuso una escalera conceptual —epojé cinestésica, break rítmico, affordance, afecto y resonancia/disonancia— como protocolo de lectura de estos episodios. Metodológicamente, defendió la autoetnografía como acceso reflexivo a una experiencia situada, sin pretensión de universalidad, reconociendo sus condiciones de género, clase, seguridad, familiaridad espacial y disponibilidad temporal (Chang, 2008; Ellis et al., 2010; Pink, 2015; Scribano y De Sena, 2019; Segura, 2021). En términos políticos, la suspensión activa no se entiende como gesto emancipador en sí mismo, sino como una vía para mostrar cómo las formas mínimas de atención, sobresalto, alivio o reajuste corporal están socialmente organizadas (Cresswell, 2010; Scribano y De Sena, 2019). Finalmente, el artículo deja abierta una agenda comparativa para contrastar la categoría con otras movilidades urbanas no deportivas, como la caminata utilitaria, la bicicleta o el transporte público (Cresswell, 2010; Sheller y Urry, 2006).

El autor agradece al Dr. Carlos Alberto Crespo Sánchez por su valiosa colaboración y sus aportes durante las fases iniciales de esta investigación, así como por sus comentarios críticos que contribuyeron a la conceptualización de este trabajo.

Referencias bibliográficas

- Ahmed, S. (2004). *The cultural politics of emotion*. Edinburgh University Press.
- Anderson, B. (2009). Affective atmospheres. *Emotion, Space and Society*, 2(2), 77–81. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2009.08.005>
- Böhme, G. (1995). *Atmosphäre: Essays zur neuen Ästhetik*. Suhrkamp.
- Brown, K. W. y Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822–848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Chang, H. (2008). *Autoethnography as method*. Routledge.
- Concha, P., Muñoz, D. y Mora, G. (Eds.). (2023). *Corporalidad y movilidad: Mapeos de lo común y territorios en fricción*. RIL Editores.
- Cresswell, T. (2010). Towards a politics of mobility. *Environment and Planning D: Society and Space*, 28(1), 17–31. <https://doi.org/10.1068/d11407>
- Csordas, T. J. (1990). Embodiment as a paradigm for anthropology. *Ethos*, 18(1), 5–47. <https://doi.org/10.1525/eth.1990.18.1.02a00010>
- Debord, G. (1999). Teoría de la deriva. En *Internacional situacionista: Textos completos en castellano de la revista Internationale Situationniste (1958-1969)*. Vol. I: *La realización del arte* (pp. 50–53). Literatura Gris. (Obra original publicada en 1958).
- Ellis, C., Adams, T. E. y Bochner, A. P. (2010). Autoethnography: An overview. *Forum Qualitative Sozialforschung/Forum: Qualitative Social Research*, 12(1), Art. 10.
- Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Houghton Mifflin.
- Jalón Oyarzun, L. (2019, 8 de mayo). Cuerpos anestesiados y estéticas de lo clandestino en el interior totalizante del capitalismo contemporáneo [Conferencia]. IX Curso de introducción al arte contemporáneo: Interiores, CENDEAC, Murcia, España.
- Lefebvre, H. (2004). *Rhythmanalysis: Space, time and everyday life* (S. Elden y G. Moore, Eds. y Trans.). Continuum. (Obra original publicada en 1992).
- Lozano Rendón, V. y Zunino Singh, D. (2023). Espera. En Zunino Singh, D. y Jirón, P. y Giucci, G. (Eds.), *Nuevos términos clave para los estudios de movilidad en América Latina* (pp. 99–112). Editorial Teseo. <https://doi.org/10.55778/ts877233650>
- Massumi, B. (2002). *Parables for the virtual: Movement, affect, sensation*. Duke University Press. <https://doi.org/10.1215/9780822383574>
- Merleau-Ponty, M. (2006). *Fenomenología de la percepción*. Planeta-Agostini.
- Moraña, M. (2021). *Pensar el cuerpo: Historia, materialidad y símbolo*. Herder. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1prssfd>
- Pink, S. (2015). *Doing sensory ethnography* (2nd ed.). Sage. <https://doi.org/10.4135/9781473917057>
- Ramonedá, Á. (2023). Correr como habitar en movimiento. En D. Zunino Singh, P. Jirón y G. Giucci (Eds.), *Nuevos términos clave para los estudios de movilidad en América Latina* (pp. 69–84). Editorial Teseo. <https://doi.org/10.55778/ts877233650>
- Rizo, M. (2022). Comunicación, cuerpo y emociones: La incorporación de la dimensión afectiva en la investigación de la comunicación. *Comunicación y Sociedad*, 19, e8258. <https://doi.org/10.32870/cys.v2022.8258>
- Rosa, H. (2019). *Resonancia: Una sociología de la relación con el mundo* (V. Ferrer y D. Tena, Trans.). Katz. (Obra original publicada en 2016).
- Scribano, A. y De Sena, A. (2019). Los programas sociales como mecanismos de “represión desapercibida” en Argentina (2007-2019). Un

análisis desde las políticas de las sensibilidades.
Polis. Revista Latinoamericana, 18(53),
 27–45. <https://doi.org/10.32735/S0718-6568/2019-N53-1383>

Segura, R. (2021). *Las ciudades y las teorías: Estudios sociales urbanos*. UNSAM Edita.

Sheller, M. y Urry, J. (2006). The new mobilities paradigm. *Environment and Planning A*, 38(2), 207–226. <https://doi.org/10.1068/a37268>

Stewart, K. (2007). *Ordinary affects*. Duke University Press. <https://doi.org/10.1215/9780822390404>

Van Manen, M. (2014). *Phenomenology of practice: Meaning-giving methods in phenomenological research and writing*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315422657>

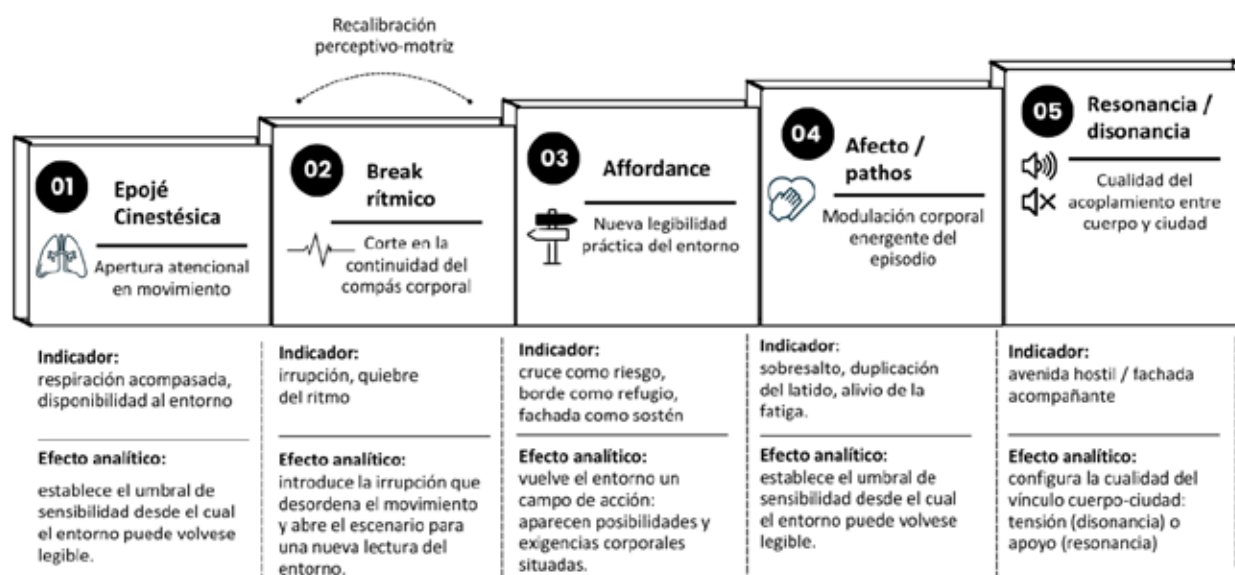
Anexo

Cuadro 1. Matriz empírica de la suspensión activa

Escena	Núcleo Empírico	Efecto corporal-afectivo	Lectura urbana	Inferencia sociológica
Frenado en el cruce	Chirrido, vehículo, avenida, semáforo, borde y baja visibilidad.	Sobresalto, tensión, vigilancia, cambio de respiración y ajuste de zancada.	El cruce se vuelve umbral de riesgo; la calle aparece como espacio hostil.	La infraestructura vial produce cuerpos atentos, tensos y expuestos.
Fachada familiar	Fachada conocida, luz del amanecer, calle recurrente y memoria del trayecto.	Alivio, familiaridad, recomposición del ritmo y disminución de la alerta.	La fachada se vuelve presencia acompañante; la calle aparece como memoria encarnada.	La ciudad también sostiene, orienta y produce pertenencia situada.

Fuente: Elaboración propia.

Figura I. Escalera analítica de percepción y movimiento



Fuente: Elaboración propia a partir de: Ahmed (2004); Gibson (1979); Lefebvre (2004); Massumi (2002); Merleau-Ponty (2006); Rosa (2019).

Citado. Salazar-Puga, Sarahi (2026) "Suspensión activa: microepisodios afectivos en la experiencia de correr por la ciudad" en Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES, N°51. Año 18. Agosto - Noviembre 2026. Córdoba. ISSN 18528759. pp. 22-36. Disponible en: <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/issue/view/788>

Plazos. Recibido: 17/09/2025. Aceptado: 20/04/2026.