

Reconfiguración del amor bajo el capitalismo emocional: análisis ontológico de la categoría “migajero”

Fernando Ramos-Zaga

Doctorando en Gestión Pública y Gobernabilidad, Universidad César Vallejo, Perú. Líneas de investigación: bioética, economía del comportamiento y filosofía del derecho.

fernandozaga@gmail.com

Código ORCID: 0000-0001-6301-9460

El autor declara no tener conflicto de interés alguno con la revista Punto Cero.



Ramos-Zaga,F.(2025).Reconfiguración del amor bajo el capitalismo emocional: análisis ontológico de la categoría “migajero”. Punto Cero, año 30 n°51, Diciembre 2025. Pp 94-107. Universidad Católica Boliviana “San Pablo” Sede Cochabamba.

Resumen

La presente investigación examina la transformación ontológica del ser-amoroso en la modernidad tardía mediante el análisis filosófico de la categoría *migajero*, concepto emergente en los discursos digitales contemporáneos que designa al sujeto que acepta relaciones afectivas asimétricas y fragmentadas. Desde una perspectiva ontológica fundamentada en la fenomenología existencial, la arqueología del discurso foucaultiana y la teoría de la performatividad lingüística, se argumenta que este término constituye un operador conceptual que visibiliza el tránsito desde una metafísica del amor como entrega y sacrificio hacia una ética reflexiva de autoconstitución y autocuidado. El análisis revela que la categoría *migajero* no representa meramente un fenómeno sociológico o lingüístico, sino una reconfiguración profunda de las estructuras ontológicas que posibilitan la experiencia amorosa bajo las condiciones del capitalismo emocional y la comunicación digital. La metodología empleada articula la hermenéutica fenomenológica con la crítica genealógica para examinar las condiciones de posibilidad del discurso afectivo contemporáneo. Los resultados indican que el amor en la modernidad tardía se constituye como campo de tensión entre la emancipación del sujeto autorreflexivo y las nuevas formas de normalización afectiva producidas por los regímenes de visibilidad digital y mercantilización emocional. Se concluye que la emergencia de esta categoría manifiesta una transformación paradigmática en la comprensión del ser-amoroso, donde la vulnerabilidad romántica es sustituida por una racionalidad del autocuidado que, paradójicamente, reproduce lógicas neoliberales de autooptimización emocional mientras promete liberación de patrones relacionales opresivos.

Palabras clave: ontología del amor, ser-amoroso, modernidad tardía, capitalismo emocional, performatividad lingüística, autoconstitución

THE ONTOLOGY OF LOVE IN LATE MODERNITY: FROM ROMANTIC SACRIFICE TO REFLEXIVE SELF-CONSTITUTION THROUGH THE CATEGORY OF "MIGAJERO"

Abstract

This research examines the ontological transformation of the loving-being in late modernity through the philosophical analysis of the category *migajero* (crumb-taker), an emerging concept in contemporary digital discourse that designates the subject who accepts asymmetric and fragmented affective relationships. From an ontological perspective grounded in existential phenomenology, Foucauldian archaeology of discourse, and linguistic performativity theory, it is argued that this term constitutes a conceptual operator that makes visible the transition from a metaphysics of love as surrender and sacrifice toward a reflexive ethics of self-constitution and self-care. The analysis reveals that the category *migajero* represents not merely a sociological or linguistic phenomenon, but a profound reconfiguration of the ontological structures that enable amorous experience under the conditions of emotional capitalism and digital communication. The methodology employed articulates phenomenological hermeneutics with genealogical critique to examine the conditions of possibility of contemporary affective discourse. Results indicate that love in late modernity is constituted as a field of tension between the emancipation of the self-reflexive subject and new forms of affective normalization produced by regimes of digital visibility and emotional commodification. It is concluded that the emergence of this category manifests a paradigmatic transformation in the understanding of the loving-being, where romantic vulnerability is replaced by a rationality of self-care that, paradoxically, reproduces neoliberal logics of emotional self-optimization while promising liberation from oppressive relational patterns.

Keywords: ontology of love, loving-being, late modernity, emotional capitalism, linguistic performativity, self-constitution

Introducción

La cuestión del amor continúa siendo una de las más persistentes del pensamiento filosófico, no solo por su alcance existencial, sino porque actúa como espejo de las transformaciones históricas de la subjetividad. En la modernidad tardía, las mutaciones estructurales del capitalismo, la digitalización de la vida cotidiana y la expansión de la cultura terapéutica han reconfigurado las formas en que los sujetos se vinculan y se comprenden a sí mismos en el ámbito afectivo (Illouz, 2007; Bauman, 2003). La emergencia de un lenguaje amoroso fragmentado y autorreferencial, visible en los discursos digitales y en los nuevos imaginarios de la intimidad, pone en evidencia que las categorías tradicionales de análisis resultan insuficientes para describir la complejidad de los vínculos contemporáneos. La experiencia amorosa se ha desplazado desde la promesa de totalidad hacia un régimen de relaciones intermitentes donde la precariedad y la reflexividad se convierten en rasgos constitutivos del ser-amoroso (Giddens, 1992).

La filosofía del amor contemporáneo encuentra un punto de inflexión en la necesidad de pensar la afectividad no como un hecho psicológico o moral, sino como un fenómeno ontológico que configura las condiciones mismas del existir-en-relación. El amor, entendido desde esta perspectiva, constituye una forma de apertura al mundo que articula lenguaje, poder y reconocimiento. Las aportaciones de la ontología fundamental heideggeriana (Heidegger, 1927), la genealogía del poder foucaultiana (Foucault, 1978) y la teoría performativa de Butler (1990, 1997) convergen en la posibilidad de comprender los afectos como prácticas discursivas que producen modos específicos de subjetivación. La articulación de estas tradiciones con la sociología del capitalismo emocional (Illouz, 2012) y con la teoría de la modernidad líquida (Bauman, 2003) permite abordar el fenómeno amoroso como un campo de tensiones donde se entrecruzan procesos de emancipación, disciplinamiento y producción de identidad.

La dificultad epistemológica radica en que los marcos conceptuales heredados de la ontología romántica continúan operando como horizonte normativo, incluso en contextos donde las condiciones materiales y simbólicas de la vida afectiva han cambiado radicalmente. Las categorías del amor sacrificial, la fusión de almas o la promesa de eternidad se enfrentan hoy a un escenario donde la temporalidad, la presencia y la reciprocidad se negocian bajo condiciones de inestabilidad estructural. Falta todavía un aparato conceptual que dé cuenta de cómo los sujetos experimentan, nombran y reflexionan las nuevas modalidades del vínculo en un mundo saturado de opciones y atravesado por la lógica del rendimiento emocional (Illouz, 2012). La brecha teórica se amplía ante la ausencia de categorías capaces de capturar la experiencia fragmentaria y autorreflexiva que caracteriza a la intimidad contemporánea.

La pertinencia de analizar las transformaciones del amor desde una perspectiva ontológica se sostiene en la hipótesis de que los cambios en el lenguaje afectivo revelan mutaciones profundas en las condiciones de posibilidad del ser. La aparición de categorías como *migajero* no solo ilustra un fenómeno lingüístico, sino que indica la reconfiguración de los modos en que los sujetos comprenden el valor, la reciprocidad y el cuidado en la relación con los otros. Explorar esta categoría desde la filosofía permite indagar cómo los discursos digitales producen nuevas formas de subjetividad y cómo la gestión del deseo se convierte en ejercicio de autoconstitución. La mirada filosófica no busca psicologizar el amor, sino desentrañar las estructuras que lo sostienen y las condiciones históricas que lo hacen posible.

La reflexión teórica adquiere consecuencias prácticas en múltiples niveles. La investigación filosófica sobre la afectividad contemporánea puede orientar estrategias de educación emocional, intervenciones terapéuticas y políticas culturales que promuevan vínculos más conscientes y equitativos. La identificación de los mecanismos discursivos que perpetúan dinámicas de desigualdad afectiva permite diseñar dispositivos de crítica y transformación

social. La comprensión del amor como práctica de cuidado recíproco y no como sacrificio unidireccional tiene potencial emancipador en la redefinición de las relaciones interpersonales y de los imaginarios normativos que las sustentan.

Las transformaciones analizadas adquieren relevancia frente a los desafíos éticos y políticos del presente. La digitalización de la vida íntima, la mercantilización de las emociones y la crisis de los vínculos estables plantean la necesidad de repensar las bases ontológicas de la convivencia humana. La cuestión del amor se convierte en terreno privilegiado para examinar las tensiones entre autonomía y dependencia, vulnerabilidad y poder, individualismo y comunidad. Reflexionar sobre la reorganización del ser-amoroso en la modernidad tardía implica reconocer que las mutaciones afectivas no son epifenómenos culturales, sino síntomas de transformaciones estructurales en la manera de habitar el mundo.

En ese marco, el objetivo del presente artículo es analizar cómo la categoría *migajero* expresa la transición desde el paradigma sacrificial del amor hacia una ética reflexiva de autoconstitución, vinculando el análisis ontológico con una crítica de las racionalidades afectivas contemporáneas. La contribución se inscribe en el proyecto más amplio de una filosofía crítica del amor orientada a comprender la intersección entre lenguaje, poder y subjetividad en el ámbito de la experiencia afectiva. Se propone así una lectura capaz de iluminar las paradojas del amor en la modernidad tardía, reconociendo su doble carácter de promesa emancipadora y dispositivo de normalización.

Metodología

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, de carácter filosófico-hermenéutico, orientado a la comprensión profunda de las transformaciones ontológicas del ser-amoroso en la modernidad tardía. El objetivo consistió en analizar cómo la categoría *migajero* expresa el tránsito desde el paradigma sacrificial del amor hacia una ética reflexiva de autoconstitución, articulando el análisis ontológico con una crítica de las racionalidades afectivas contemporáneas. La naturaleza del objeto de estudio, centrado en la producción discursiva y simbólica de las experiencias amorosas, exigió un diseño interpretativo sustentado en la integración de la hermenéutica fenomenológica y la genealogía del discurso, lo que permitió articular el nivel estructural de la experiencia con sus condiciones históricas de posibilidad.

El estudio se inscribió en el paradigma constructivista-interpretativo, que concibe el conocimiento como producto situado de la interacción entre sujeto y objeto de investigación. Se optó por un diseño teórico-analítico no experimental y transversal, orientado a la reconstrucción conceptual de categorías filosóficas y socio-discursivas a partir de fuentes secundarias. Este diseño permitió realizar un examen sistemático de la categoría *migajero* como fenómeno lingüístico, ontológico y cultural, evitando reducirla a una descripción empírica y privilegiando su función constitutiva en la producción de subjetividades afectivas.

La recolección de información se basó en el análisis documental cualitativo de textos filosóficos, sociológicos, feministas y discursivos, complementado con la revisión de material digital proveniente de plataformas comunicativas contemporáneas. Se incluyeron obras clásicas de referencia en fenomenología (Heidegger, 1927), genealogía del poder (Foucault, 1978, 1984) y performatividad (Butler, 1990, 1997), junto con investigaciones en sociología de las emociones (Illouz, 2007, 2012; Hochschild, 1983) y teorías de la modernidad líquida (Bauman, 2003). El corpus digital se delimitó a publicaciones y discursos virales en redes sociales donde se emplea la categoría *migajero* en contextos de reflexión afectiva. Los materiales fueron seleccionados mediante criterios de pertinencia conceptual, densidad teórica y representatividad discursiva, garantizando diversidad de fuentes y equilibrio entre registros académicos y populares.

Se incluyeron documentos que abordaran la afectividad desde perspectivas filosóficas, ontológicas o socioculturales, y que permitieran relacionar la categoría *migajero* con procesos de subjetivación contemporáneos. Se excluyeron textos carentes de fundamento teórico o de naturaleza meramente anecdótica, así como materiales que replicaran sin análisis crítico los discursos digitales sin contextualización conceptual. Esta delimitación aseguró coherencia entre la base empírica y la estructura teórica del estudio.

El análisis se desarrolló en tres momentos complementarios. En el primero, se realizó una reconstrucción hermenéutica de las categorías ontológicas implicadas en la tradición romántica, identificando sus estructuras constitutivas (totalidad, sacrificio, eternidad, fusión identitaria). En el segundo, se llevó a cabo una lectura genealógica de las transformaciones discursivas que dieron origen a la racionalidad afectiva contemporánea, atendiendo a la relación entre capitalismo emocional, cultura terapéutica y digitalización de la intimidad. En el tercero, se efectuó un análisis performativo-discursivo de la categoría *migajero* como operador ontológico, identificando su función en la constitución de nuevas formas de subjetividad amorosa. La triangulación de los tres enfoques garantizó validez interpretativa y coherencia epistémica, fortaleciendo la solidez del análisis.

La confiabilidad del estudio se aseguró mediante la coherencia hermenéutica interna, verificando la consistencia de las interpretaciones con las categorías teóricas empleadas. La validez se sostuvo en la triangulación metodológica entre hermenéutica, genealogía y análisis del discurso, así como en la reflexividad epistemológica del investigador frente a su propio posicionamiento interpretativo.

La investigación respetó los principios de integridad académica, transparencia metodológica y uso responsable de fuentes. La interpretación se realizó con enfoque crítico y no normativo, procurando no reproducir estigmatizaciones ni sesgos de género en la lectura de los discursos afectivos.

Desarrollo

La ontología romántica del amor: metafísica del sacrificio y constitución del sujeto amoroso moderno

La concepción moderna del amor se sostiene sobre una estructura conceptual que configura lo que puede denominarse una ontología romántica, entendida como sistema de presupuestos metafísicos que determina las condiciones bajo las cuales una experiencia afectiva puede ser reconocida como amor auténtico. Tal estructura no se limita a un conjunto de valores culturales, sino que opera como régimen de inteligibilidad que organiza la vida emocional moderna en torno a ideales de totalidad, permanencia y sacrificio (Solomon, 1988). En el tránsito histórico hacia la modernidad, el amor se emancipa de los sistemas de alianza familiar y se convierte en fundamento de la identidad individual, consolidándose como eje de la interioridad burguesa (Luhmann, 1982).

En ese marco, la idea de amor como fusión de dos subjetividades que alcanzan en el encuentro su completud esencial constituye el núcleo de dicha ontología. Inspirada en el mito platónico del andérógino, esta concepción proyecta la unión amorosa como recuperación de una unidad originaria perdida, actualizada en la figura moderna de la pareja romántica que encarna la comunión total de experiencias y destinos (Platón, 1988). De ese modo, la identidad se concibe como búsqueda de una complementariedad predeterminada, cristalizada en nociones como "alma gemela", que refuerzan una visión esencialista de los vínculos afectivos (Bauman, 2003).

Desde una perspectiva temporal, el amor romántico se define por su aspiración de eternidad. La duración ilimitada se convierte en signo de autenticidad, expresada en la promesa ritualizada de permanencia que inscribe el sentimiento en un horizonte

trascendente, aun en una época secularizada (Giddens, 1992). Así, solo el amor proyectado hacia el infinito se considera verdadero, mientras que las formas transitorias o contingentes quedan relegadas al ámbito del deseo o la pasión efímera (Luhmann, 1982).

En el plano ético, la estructura romántica introduce la lógica del sacrificio como prueba de autenticidad. El sujeto enamorado se define por su disposición a anteponer el bienestar del otro al propio, renunciando incluso a parte de su identidad en nombre de la relación. Tal ética de la renuncia, heredera del amor cristiano entendido como caridad y del ideal cortés medieval, se resignifica en la modernidad como virtud doméstica vinculada a la interiorización del deber moral y al fortalecimiento del vínculo privado (Foucault, 1984). La abnegación se convierte, entonces, en medida de la verdad del amor, mientras que la preservación del yo se interpreta como signo de egoísmo o falta de entrega (Illouz, 2012).

La ontología romántica configura, en consecuencia, un tipo específico de subjetividad. El sujeto amoroso moderno internaliza normas afectivas que modelan tanto la vivencia emocional como las prácticas cotidianas de relación. Los dispositivos que lo producen incluyen rituales, narrativas culturales, instituciones matrimoniales y discursos expertos que prescriben cómo se debe sentir y actuar dentro del amor (Foucault, 1978). La identidad se articula así en torno a la capacidad de amar conforme a los parámetros dominantes, generando sentimientos de fracaso existencial cuando esa expectativa no se cumple (Illouz, 2007).

Desde otra perspectiva, la estructura romántica reproduce asimetrías de género al distribuir de manera desigual el trabajo emocional. Las investigaciones feministas evidencian que el ideal del sacrificio ha operado como dispositivo de subordinación femenina, naturalizando la entrega y la dependencia como virtudes morales mientras se preserva la autonomía masculina como norma (Hochschild, 1983). La supuesta universalidad del amor romántico encubre, por tanto, una jerarquía estructural que asigna roles diferenciados de entrega y reconocimiento.

En relación con ello, la vulnerabilidad se presenta como condición ambigua. Por una parte, la apertura emocional se erige como requisito de autenticidad, ya que solo quien se expone por completo puede amar verdaderamente. Por otra parte, esa misma exposición genera dependencia y sufrimiento, elementos que la tradición romántica reinterpreta como pruebas del valor del amor (Kipnis, 2003). La idealización del dolor afectivo legitima, en consecuencia, formas de relación que perpetúan la desigualdad y el sacrificio emocional bajo la apariencia de intensidad y verdad.

Asimismo, el reconocimiento constituye un componente esencial de la experiencia amorosa moderna. El vínculo se concibe como espacio en el que cada individuo busca la validación de su existencia en la mirada del otro. En este proceso, la reciprocidad se distorsiona hacia una exigencia de exclusividad total, donde el amado se convierte en fuente única de sentido y confirmación (Giddens, 1992). De esa manera, la dependencia emocional se institucionaliza como forma legítima de vínculo.

La espacialidad del amor romántico se articula en torno a la metáfora del refugio. La relación se configura como un santuario que protege del mundo exterior, delimitando un adentro íntimo frente a un afuera hostil. El hogar simboliza materialmente esa clausura, condensando la promesa de autenticidad y seguridad afectiva (Bauman, 2003). Sin embargo, la transgresión de esa frontera, como la infidelidad o la exposición pública de la intimidad, se percibe como ruptura ontológica del vínculo.

En términos epistemológicos, la ontología romántica privilegia la intuición y la certeza emocional sobre el razonamiento crítico. El amor verdadero se define como evidencia inmediata que no requiere justificación ni explicación racional (Luhmann, 1982). Tal

concepción protege la pureza del sentimiento, pero también dificulta su examen ético y político, ya que refuerza la idea de que el amor está más allá del juicio o la deliberación, lo cual puede derivar en la normalización de dinámicas afectivas opresivas.

Las transformaciones socioculturales del siglo XX modifican sustancialmente ese paradigma. La expansión de los movimientos feministas, la secularización institucional y la diversificación de las formas de convivencia desestabilizan los supuestos del romanticismo moderno (Giddens, 1992). En ese nuevo escenario, la ontología tradicional del amor entra en crisis, generando la necesidad de elaborar marcos teóricos capaces de comprender la pluralidad afectiva contemporánea sin recurrir a los esquemas de fusión, sacrificio y exclusividad que definieron la tradición moderna.

La crisis de la ontología romántica del amor, erosionada por los procesos históricos y culturales que transformaron las bases del vínculo afectivo, prepara el terreno para una revisión de las condiciones estructurales que reconfiguran la subjetividad amorosa en la modernidad tardía. La comprensión de tales mutaciones exige analizar cómo el capitalismo emocional y la digitalización de la comunicación introducen nuevas lógicas de racionalidad afectiva que reemplazan el ideal sacrificial por formas de gestión emocional y consumo relacional. El paso siguiente examina precisamente cómo las transformaciones económicas, tecnológicas y discursivas redefinen la producción del sujeto afectivo contemporáneo.

Capitalismo emocional, digitalización y la producción del sujeto afectivo contemporáneo

La comprensión del amor en la modernidad tardía requiere situar su transformación en un entramado de mutaciones materiales que afectan las estructuras económicas, tecnológicas y sociales de la vida cotidiana. En ese contexto, el concepto de capitalismo emocional permite identificar la penetración de la racionalidad económica en el dominio afectivo, mientras las emociones se integran en los circuitos de producción y consumo como recursos productivos de valor simbólico y material (Illouz, 2007, 2012). De esta interacción surge una experiencia amorosa configurada por nuevas lógicas de intercambio, donde los principios de eficiencia y rendimiento reemplazan progresivamente los ideales de fusión y trascendencia propios de la ontología romántica.

En coherencia con ello, la mercantilización de los afectos redefine las prácticas amorosas mediante su inserción en economías de consumo que comercializan experiencias y emociones. Las relaciones íntimas se articulan con bienes y servicios que prometen autenticidad y conexión emocional: cenas temáticas, viajes, regalos personalizados o asesorías terapéuticas. Incluso los vínculos se gestionan a través de plataformas digitales que transforman el encuentro en operación de selección y compra simbólica. En ese marco, la lógica del mercado penetra la estructura misma de la experiencia afectiva, condicionando expectativas y decisiones según criterios de rentabilidad emocional y maximización de utilidad (Illouz, 2012). El sujeto se convierte simultáneamente en consumidor de vínculos y en mercancía que debe exhibir valor relacional.

A la par de esta mercantilización, la racionalización terapéutica de la intimidad introduce un lenguaje psicológico que reorganiza la comprensión del amor. El discurso terapéutico promueve una reflexividad emocional orientada al control de los afectos y a la optimización de la relación mediante el análisis racional de conductas, patrones y emociones. El amor se concibe, entonces, no como arrebato espontáneo sino como competencia emocional que puede desarrollarse mediante disciplina reflexiva, desplazando la epistemología anti-racional que sustentaba la tradición romántica (Illouz, 2007).

En consecuencia, la noción de trabajo emocional, inicialmente concebida para describir la gestión afectiva en contextos laborales, se extiende al ámbito de la intimidad. Amar requiere esfuerzo, constancia y administración de recursos emocionales, lo que convierte

las relaciones en espacios de rendimiento afectivo. La espontaneidad cede ante la planificación, y la autenticidad se mide por la capacidad de sostener el vínculo a través de la autorregulación y la productividad emocional (Hochschild, 1983).

De manera complementaria, la digitalización de los vínculos transforma la presentación de la subjetividad y la dinámica del encuentro. Las plataformas de emparejamiento convierten la búsqueda amorosa en proceso de evaluación y comparación, donde la compatibilidad se calcula mediante algoritmos y las decisiones se toman según criterios de optimización (Illouz, 2007). La lógica del perfil sintetiza la identidad en representaciones cuantificables, sustituyendo la revelación gradual por la exposición instantánea. En ese entorno, la elección amorosa se asemeja a una operación de mercado, en la que cada interacción implica análisis costo-beneficio.

A partir de esa transformación tecnológica, la multiplicidad de opciones digitales produce, simultáneamente, sensación de libertad y ansiedad. La posibilidad constante de acceder a nuevas alternativas erosiona la estabilidad de los compromisos y fomenta la reversibilidad de las relaciones. El ideal romántico de unicidad se diluye en un horizonte de potencialidades infinitas que impide la consolidación de vínculos duraderos. La experiencia afectiva se vuelve líquida, caracterizada por la fluidez, la inestabilidad y la temporalidad breve (Bauman, 2003). En este contexto, el amor deja de ser promesa de eternidad para convertirse en proyecto contingente de satisfacción inmediata, donde la ruptura ya no constituye catástrofe sino parte del ciclo normal de renovación emocional (Giddens, 1992).

La reconfiguración tecnológica afecta también la espacialidad del amor, ya que la mediación digital permite relaciones a distancia y genera nuevas formas de presencia afectiva. Estar disponible implica mantener visibilidad constante y responder con rapidez, lo que crea expectativas de atención continua y nuevas fuentes de conflicto derivadas de los ritmos comunicativos (Illouz, 2012). Al mismo tiempo, la visibilidad pública del vínculo se convierte en requisito de validación. Las redes sociales convierten la intimidad en espectáculo, produciendo reconocimiento social mediante la exposición de gestos, imágenes y narrativas amorosas. La ausencia de exhibición puede interpretarse como carencia de compromiso, invirtiendo el antiguo valor del amor como refugio privado.

Como consecuencia de estas dinámicas, la flexibilidad emocional adquiere valor normativo. El sujeto contemporáneo debe aprender a implicarse sin perder autonomía, a comprometerse sin fijarse irreversiblemente y a retirarse sin trauma. La estabilidad emocional depende de la capacidad de modular la intensidad afectiva y de administrar la vulnerabilidad como recurso estratégico (Bauman, 2003). Este ideal de flexibilidad reemplaza la entrega absoluta por una gestión prudente del vínculo, configurando una subjetividad que valora la independencia como medida de salud relacional.

En continuidad con ese desplazamiento, la autoconstitución reflexiva se convierte en tarea moral central. La realización amorosa pasa por el trabajo sobre sí mismo: sanar heridas, desarrollar autoestima y adquirir competencias afectivas. La relación con el otro se subordina al imperativo del bienestar individual, de modo que la preservación de la integridad emocional se erige en principio normativo de toda vinculación (Illouz, 2012). El amor se redefine así como extensión del cuidado de sí, inversión que debe reportar beneficios en términos de crecimiento personal.

Desde otra perspectiva, los discursos feministas amplían esta transformación al desarticular la lógica sacrificial del amor romántico. La crítica al sacrificio femenino y la reivindicación del empoderamiento afectivo desmantelan la naturalización de la dependencia emocional y proponen nuevas formas de autonomía. El ideal de la mujer empoderada se asocia con la capacidad de sostener vínculos sin renunciar a la propia libertad y dignidad (Hochschild, 1983). No obstante, esta reivindicación convive con nuevas exigencias normativas, ya que el empoderamiento puede transformarse en mandato de autosuficiencia que desplaza

la responsabilidad estructural hacia el individuo, promoviendo una ética neoliberal del autocuidado donde el fracaso relacional se interpreta como incompetencia personal (Illouz, 2007).

A partir de esa convergencia entre capitalismo emocional y cultura terapéutica, emerge una racionalidad afectiva neoliberal que instrumentaliza las emociones como capital gestionable. La inteligencia emocional, la resiliencia y la autorregulación se conciben como competencias adquiribles mediante consumo de terapias, talleres o coaching, reforzando una lógica meritocrática del amor exitoso (Illouz, 2012). En ese marco, la vulnerabilidad deja de asumirse como rasgo constitutivo de la condición humana y se reinterpreta como riesgo que debe ser controlado. Amar implica, entonces, administrar cuidadosamente la exposición afectiva y establecer límites protectores.

En continuidad con lo anterior, el amor propio se instituye como principio normativo y síntesis de esta nueva racionalidad. El sujeto autónomo se define por su capacidad de preservar la dignidad, evitar vínculos dañinos y priorizar su bienestar. Si bien esta orientación amplía los márgenes de libertad frente a las estructuras tradicionales de dependencia, también genera nuevas formas de exigencia que culpabilizan a quienes no alcanzan los estándares de autoestima prescritos (Illouz, 2007). La cuestión de las condiciones materiales que posibilitan ese ideal tiende a quedar eclipsada por discursos individualistas que lo presentan como elección personal, desconectada de los determinantes sociales.

Sobre esa base, la mediación algorítmica profundiza los mecanismos de regulación afectiva al codificar las relaciones bajo parámetros cuantificables. Los algoritmos de compatibilidad y las métricas de popularidad instauran una racionalidad instrumental en la que el valor del sujeto se mide por su capacidad de atraer atención. El reconocimiento amoroso se transforma en dato estadístico, y la validación emocional se desplaza del otro singular hacia la mirada impersonal del público digital (Illouz, 2012).

De manera consecuente, la precariedad emerge como condición estructural del amor contemporáneo. Los vínculos se establecen bajo incertidumbre constante, reflejando las condiciones de inestabilidad laboral, movilidad forzada y fragmentación social propias del capitalismo tardío (Bauman, 2003). En tales circunstancias, el deseo de estabilidad se enfrenta con la imposibilidad de garantizarla, lo que genera una tensión persistente entre la búsqueda de permanencia y la experiencia cotidiana de transitoriedad.

Así, las transformaciones generacionales condensan el resultado de esta racionalidad afectiva. Las cohortes formadas en la cultura digital naturalizan la multiplicidad de opciones, la comunicación mediada y la flexibilidad relacional, desarrollando disposiciones emocionales orientadas a la immediatez y la adaptabilidad. Sin embargo, la coexistencia de valores románticos heredados con prácticas neoliberales de gestión emocional produce tensiones transversales que afectan a todas las generaciones. En última instancia, la búsqueda de vínculos significativos persiste como necesidad estructural, aun en un mundo que mercantiliza sistemáticamente la experiencia del amor (Giddens, 1992).

El análisis de las dinámicas del capitalismo emocional y de la digitalización afectiva revela la emergencia de un régimen de sensibilidad donde la autonomía, la eficiencia y la autorregulación emocional se convierten en virtudes cardinales. Bajo este horizonte, las categorías tradicionales del amor resultan insuficientes para describir la complejidad de las experiencias relacionales actuales. De allí surge la necesidad de abordar la categoría *migajero* como síntoma y operador ontológico capaz de condensar las tensiones entre emancipación y normalización afectiva que caracterizan al sujeto amoroso de la modernidad tardía.

La categoría "migajero" como operador ontológico: del sacrificio romántico a la autoconstitución reflexiva

La reconfiguración contemporánea del amor, marcada por las lógicas del capitalismo emocional, produce nuevas formas de vulnerabilidad afectiva que encuentran en la categoría “*migajero*” una expresión paradigmática. Esta noción designa al sujeto que permanece en relaciones caracterizadas por la intermitencia del reconocimiento, la desigualdad en la reciprocidad y la fragmentación del compromiso. La metáfora de las migajas remite a la experiencia de recibir porciones mínimas de aquello que se desea plenamente: atención esporádica en lugar de presencia constante, afecto ambiguo en lugar de cuidado sostenido, y promesas vagas en lugar de compromiso efectivo. Tal conceptualización no debe entenderse como simple descripción sociológica de un patrón relacional, sino como figura ontológica que reconfigura las condiciones de posibilidad del ser-con-otros en la economía afectiva contemporánea (Butler, 1990).

En esa dirección, el carácter performativo del término resulta decisivo. Desde una perspectiva discursiva, la categoría no representa una realidad preexistente, sino que la produce activamente al nombrarla. El lenguaje no solo describe, sino que instituye modos de existencia, configurando prácticas, emociones y autopercepciones (Butler, 1997). En los espacios digitales, la circulación del concepto genera múltiples efectos: visibiliza desigualdades naturalizadas, crea comunidades de reconocimiento mutuo y establece parámetros normativos para evaluar la calidad de los vínculos. La enunciación “soy *migajero*” constituye un acto ontológico que transforma la autocomprensión del sujeto, al tiempo que abre posibilidades de crítica y de autoobservación reflexiva.

A partir de esa performatividad, la genealogía del término permite comprender su inscripción en procesos discursivos más amplios vinculados a la politización de la experiencia emocional. La categoría surge en entornos digitales donde mujeres comparten vivencias afectivas y las reinterpretan colectivamente desde claves de empoderamiento y conciencia crítica. Este ejercicio de narración colectiva reactaliza la práctica feminista del consciousness raising, mediante la cual la exposición pública de experiencias personales revela estructuras sociales de opresión. Nombrar la aceptación de migajas como patrón común constituye, por tanto, un acto de resistencia epistémica que transforma el malestar individual en conocimiento compartido y políticamente significativo (Hochschild, 1983).

En el plano ontológico, la condición migajera puede analizarse a través de tres dimensiones interdependientes. Primero, la asimetría en la distribución del reconocimiento, que configura relaciones en las que el afecto fluye de manera unilateral. Segundo, la intermitencia temporal del vínculo, marcada por la imprevisibilidad y la discontinuidad del contacto. Tercero, la ambigüedad definicional, que mantiene al sujeto en estado de incertidumbre sobre la naturaleza y el futuro de la relación (Bauman, 2003). Estas dimensiones articulan una experiencia afectiva atravesada por la inestabilidad y el deseo de reciprocidad imposible, generando una temporalidad marcada por la espera y la frustración cíclica.

En términos fenomenológicos, la vivencia migajera oscila entre satisfacción momentánea y vacío prolongado. Cada gesto de atención actúa como refuerzo intermitente que renueva la esperanza, mientras los silencios y ausencias intensifican la ansiedad y la autoevaluación constante. Este ciclo refuerza la dependencia emocional y la hipervigilancia, pues el sujeto aprende a leer señales mínimas como indicadores de valor y reconocimiento (Illouz, 2007). La economía afectiva contemporánea explota precisamente esa vulnerabilidad, haciendo del deseo de ser visto y validado un recurso susceptible de manipulación y de consumo.

Desde una perspectiva foucaultiana, esta dinámica puede entenderse como forma difusa de poder que opera mediante la regulación del deseo más que a través de la represión. La gestión calculada de la atención, suficiente para sostener la conexión pero insuficiente para garantizar seguridad, constituye técnica de dominación afectiva que mantiene el vínculo bajo una lógica de dependencia voluntaria (Foucault, 1978). El control no se ejerce desde la coerción, sino desde la administración del reconocimiento, transformando la afectividad en campo de microfísicas de poder.

Al mismo tiempo, la autoconciencia crítica que genera la categoría tiene efectos ambivalentes. Por una parte, ofrece herramientas de desnaturalización al permitir identificar patrones de desigualdad y resignificar el sufrimiento como síntoma estructural y no como falla individual. Por otra, puede generar nuevas formas de autoexigencia, en la medida en que el temor a ser o parecer *migajero* deriva en autocensura emocional y en vigilancia constante sobre los propios deseos. Así, el gesto de empoderamiento puede devenir en nueva modalidad de control, donde la autonomía se mide por la capacidad de no necesitar (Butler, 1997).

En relación con ello, el tránsito del sacrificio romántico a la autoconstitución reflexiva se vuelve evidente. La persistencia paciente y la espera abnegada, antes consideradas virtudes amorosas, se reinterpretan ahora como signos de falta de autoestima o de límites difusos. El sujeto que tolera la intermitencia del afecto ya no encarna el ideal de fidelidad romántica, sino la figura de quien requiere terapia para reconfigurar su capacidad de autocuidado (Illouz, 2012). De este modo, la nueva ética del amor redefine la autenticidad afectiva en términos de autoconservación y desarrollo personal, sustituyendo la lógica del sacrificio por la de la autorrealización.

La dimensión de género constituye un eje estructural de esta transformación. La categoría *migajero* emerge principalmente de relatos femeninos y responde a una historia larga de desigualdad emocional. Las mujeres han sido socializadas para sostener vínculos mediante paciencia, comprensión y cuidado, interiorizando la idea de que el amor requiere soportar la carencia y esperar la reciprocidad. La problematización de esa disposición mediante la categoría implica un cuestionamiento radical a la feminidad normativa, que asocia valor moral con la entrega incondicional (Hochschild, 1983).

Sin embargo, el discurso *antimigajero* no está exento de ambigüedad. Al promover el autocuidado como imperativo ético, desplaza la responsabilidad del bienestar hacia el individuo, invisibilizando las condiciones estructurales que producen precariedad afectiva. El mandato de amarse a sí mismo y establecer límites claros puede reproducir la lógica neoliberal de la autosuficiencia, donde la vulnerabilidad se interpreta como fracaso de gestión emocional (Illouz, 2007). En consecuencia, la emancipación prometida por la autonomía afectiva se entrelaza con nuevas formas de normatividad que exigen constante optimización del yo.

Esa tensión entre autonomía y vinculación constituye el núcleo problemático de la ontología amorosa contemporánea. La negación del patrón *migajero* presupone independencia emocional, pero toda relación auténtica implica cierta exposición al riesgo. La cuestión no reside en eliminar la vulnerabilidad, sino en discernir cuándo se vuelve forma de dominación. La diferencia entre dependencia recíproca y subordinación afectiva no puede establecerse mediante reglas universales, sino a través de juicio situado que considere el contexto, la historia y las condiciones de poder involucradas (Giddens, 1992).

Asimismo, la temporalidad que estructura la experiencia migajera revela una ontología del tiempo suspendido. La espera infinita del mensaje o del gesto que confirme la reciprocidad transforma el presente en mera antesala de un futuro que nunca llega. Frente a la promesa romántica de eternidad y la fugacidad del amor líquido, esta espera representa un sufrimiento específico del capitalismo afectivo: la parálisis del deseo bajo la expectativa de un reconocimiento incierto (Bauman, 2003). La crítica feminista del patrón *migajero* puede leerse, entonces, como reivindicación del presente como lugar legítimo del amor y no como espera indefinida de reciprocidad futura.

La performatividad digital amplifica estas dinámicas al generar comunidades virtuales de identificación y pedagogía emocional. Los testimonios, memes y videos sobre experiencias migajeras circulan como guías de autoevaluación afectiva y rituales de emancipación simbólica. Compartir la historia de haber sido *migajero* y superarlo produce una narrativa

de redención que refuerza la nueva moral de la autonomía emocional (Butler, 1990). No obstante, esa misma performatividad puede derivar en simplificaciones binarias entre relaciones sanas y tóxicas, reduciendo la complejidad del vínculo humano a categorías moralmente jerarquizadas (Illouz, 2012).

En diálogo con la psicología contemporánea, la categoría *migajero* suele asociarse a los patrones de apego inseguro, lo cual introduce un desplazamiento interpretativo hacia la interioridad individual. Si bien esta lectura permite explorar dimensiones biográficas, también corre el riesgo de despolitizar el fenómeno al convertirlo en problema terapéutico. La pregunta relevante no es únicamente por qué ciertos individuos aceptan migajas, sino qué condiciones estructurales hacen que las migajas sean, para muchos, lo único disponible en el mercado afectivo contemporáneo (Illouz, 2007).

La fragmentación digital del reconocimiento confirma la materialidad del poder afectivo. Los gestos mínimos de atención, un mensaje, un *like*, una reacción, se convierten en unidades de valor emocional cuantificables, intensificando la percepción de desigualdad. El amor, sometido a métricas, se vuelve susceptible de auditoría, erosionando la espontaneidad del encuentro y reforzando la lógica del cálculo (Bauman, 2003). Bajo esas condiciones, la categoría *migajero* no solo describe una patología individual, sino que evidencia una contradicción estructural: el deseo de reciprocidad plena en un régimen que convierte la atención en recurso escaso y la vulnerabilidad en capital simbólico (Illouz, 2012).

El examen filosófico de la categoría *migajero* permite reconocer que las transformaciones afectivas contemporáneas no se reducen a mutaciones superficiales en los modos de amar, sino que implican una reconfiguración ontológica del ser-amoroso. La crítica del sacrificio romántico y la emergencia del autocuidado reflexivo muestran que la afectividad moderna se debate entre la búsqueda de autenticidad y la interiorización de nuevas formas de control emocional. La sección conclusiva sintetiza estas tensiones, proponiendo una reflexión final sobre las implicaciones éticas y ontológicas del tránsito desde la vulnerabilidad sacrificial hacia la racionalidad del autocuidado.

Conclusiones

La comprensión del fenómeno amoroso en la modernidad tardía permite advertir un desplazamiento ontológico que redefine el modo en que los sujetos se conciben a sí mismos en relación con el otro. La categoría *migajero* funciona como punto de inflexión en la transformación del ser-amoroso, evidenciando el paso de una lógica de sacrificio hacia una ética reflexiva de autoconstitución. El amor deja de ser territorio del autosacrificio y se convierte en campo de práctica deliberada donde el cuidado, la reciprocidad y la conciencia de los límites adquieren centralidad. La ontología contemporánea del vínculo amoroso, lejos de clausurar la experiencia del amor, la reinscribe en un horizonte donde la vulnerabilidad se asume como condición compartida y no como signo de debilidad.

La categoría *migajero* aporta una relectura filosófica que integra dimensiones lingüísticas, éticas y afectivas. Su potencia radica en hacer visible la performatividad del lenguaje amoroso como mecanismo de producción de subjetividades. La noción de autoconstitución emerge como sustituto del ideal romántico de fusión, inaugurando un modo de existencia relacional que combina autonomía y apertura. La transformación conceptual revela que la identidad amorosa ya no se organiza bajo la promesa de totalidad, sino a partir de procesos continuos de negociación con la alteridad. La categoría actúa, además, como lente analítica que permite examinar cómo las estructuras de poder se inscriben en la experiencia íntima, articulando con precisión las tensiones entre emancipación afectiva y normalización neoliberal del yo.

La reconfiguración del amor demanda estrategias de educación emocional que integren análisis crítico de las narrativas románticas heredadas y promoción de la agencia relacional. La formación afectiva debe incorporar herramientas que permitan identificar patrones

de desigualdad y dependencia, al tiempo que favorezcan prácticas de comunicación ética y cuidado mutuo. Los dispositivos terapéuticos y pedagógicos pueden beneficiarse de un enfoque que reconozca simultáneamente la legitimidad de la vulnerabilidad y la importancia de preservar la integridad emocional. La reflexión teórica también interpela el diseño de entornos digitales donde se construyen vínculos contemporáneos, proponiendo interfaces que faciliten reciprocidad y transparencia, evitando la reproducción algorítmica de la lógica migajera. Una ética del amor centrada en la reciprocidad exige políticas culturales que protejan la intimidad frente a la mercantilización de los afectos y promuevan condiciones materiales para vínculos sostenibles.

El estudio del amor como campo ontológico requiere ampliación hacia perspectivas interseccionales y comparativas que permitan comprender cómo las configuraciones afectivas se articulan con clase, género, raza y tecnología. Las investigaciones futuras deberían indagar cómo distintos grupos sociales resignifican el discurso del autocuidado y cómo operan las tensiones entre autonomía y dependencia en contextos no occidentales. El análisis del capitalismo emocional y de las plataformas digitales demanda metodologías que integren filosofía, sociología y teoría de medios para trazar la genealogía del sujeto amoroso contemporáneo. La tarea pendiente consiste en elaborar marcos normativos que reconozcan la interdependencia como condición estructural del ser, sin recaer en modelos de subordinación ni en idealizaciones individualistas de la autosuficiencia.

La comprensión crítica del amor en la contemporaneidad invita a concebirlo como práctica de conocimiento y transformación mutua más que como cumplimiento de un ideal predeterminado. La categoría *migajero* revela las fracturas y posibilidades de un tiempo donde la afectividad se encuentra simultáneamente mercantilizada y revalorizada como espacio de sentido. La filosofía, al intervenir en este terreno, no debe ofrecer recetas normativas, sino abrir preguntas sobre las condiciones materiales y simbólicas que hacen posible la reciprocidad. Amar en la modernidad tardía implica asumir la incertidumbre como dato ontológico y la reflexividad como práctica emancipadora. La labor filosófica consiste en sostener la tensión entre deseo de unión y necesidad de límite, reconociendo que en esa oscilación se juega la posibilidad de una existencia más justa, más lúcida y, tal vez, más amorosa.

Declaración de uso de IA

En la elaboración de este artículo se utilizó un modelo de lenguaje de gran escala, de tipo GPT-5, para detectar errores tipográficos y de redacción. El *prompt* que se usó fue “identifica y corrige todos los errores tipográficos y de redacción”. Después de recibir la respuesta del sistema, se realizó una revisión detallada del texto final, asegurando que el resultado se mantenga el tono, e intención del manuscrito inicial.

Referencias Bibliográficas

Bauman, Z. (2003). *Liquid love: On the frailty of human bonds*. Polity Press. https://www.politybooks.com/bookdetail?book_slug=liquid-love-on-the-frailty-of-human-bonds--9780745624891

Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge. <https://www.routledge.com/Gender-Trouble-Feminism-and-the-Subversion-of-Identity/Butler/p/book/9780415389556>

Butler, J. (1997). *Excitable speech: A politics of the performative*. Routledge. <https://www.routledge.com/Excitable-Speech-A-Politics-of-the-Performative/Butler/p/book/9780415915878>

-
- Foucault, M. (1978). *The history of sexuality, Volume 1: An introduction* (R. Hurley, Trans.). Pantheon Books. <https://www.penguinrandomhouse.com/books/18947/the-history-of-sexuality-volume-1-by-michel-foucault/>
- Foucault, M. (1984). *The care of the self: Volume 3 of The History of Sexuality* (R. Hurley, Trans.). Pantheon Books. <https://www.penguinrandomhouse.com/books/567506/the-history-of-sexuality-vol-3-by-michel-foucault/>
- Giddens, A. (1992). *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*. Stanford University Press. <https://www.sup.org/books/title/?id=2921>
- Heidegger, M. (1927). *Being and time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Harper & Row. <https://www.harpercollins.com/products/being-and-time-martin-heidegger>
- Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. University of California Press. <https://www.ucpress.edu/book/9780520272941/the-managed-heart>
- Illouz, E. (2007). *Cold intimacies: The making of emotional capitalism*. Polity Press. https://www.politybooks.com/bookdetail?book_slug=cold-intimacies-the-making-of-emotional-capitalism--9780745640709
- Illouz, E. (2012). *Why love hurts: A sociological explanation*. Polity Press. https://www.politybooks.com/bookdetail?book_slug=why-love-hurts-a-sociological-explanation--9780745661018
- Kipnis, L. (2003). *Against love: A polemic*. Pantheon Books. <https://www.penguinrandomhouse.com/books/91752/against-love-by-laura-kipnis/>
- Luhmann, N. (1982). *Love as passion: The codification of intimacy* (J. Gaines & D. L. Jones, Trans.). Stanford University Press. <https://www.sup.org/books/title/?id=2503>
- Platón. (1988). *El Banquete* (M. Martínez Hernández, Trans.). Gredos. (Original work published ca. 380 a.C.). https://www.rbalibros.com/libro/el-banquete_45289
- Solomon, R. C. (1988). *About love: Reinventing romance for our times*. Simon & Schuster. <https://www.simonandschuster.com/books/About-Love/Robert-C-Solomon/9780671657161>