

LA CULTURA DEL MIEDO EN LA SOCIEDAD MODERNA.

“En una sociedad dominada por el miedo, la libertad se convierte
en un lujo que pocos pueden permitirse” Naomi Klein

Amanda Estévez Strancari

Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación, Universidad de La Laguna

4º Curso en Sociología

Tutor: Cristino Barroso Ribal

Convocatoria de julio de 2023

RESUMEN.

En el presente ensayo abordaré la denominada *cultura del miedo*, tema que a mi parecer representa una faceta muy importante en la sociedad actual para así comprenderla como conjunto y a las personas y sus comportamientos como individuos. El contexto que presenta esta cultura basada en la inseguridad y la incertidumbre abarca desde la vida pública hasta la vida privada y por ello depende de una legitimación aprobada desde todas las direcciones del conjunto social. Política, económica, psicológica y socialmente hablando el temor debe justificarse para así perpetuar el estado social que se pretende y sus decisiones, acciones conjuntas. Dentro de este marco negativo para la comunidad global, el miedo tiene combatientes y no se trata de un estado intrínseco de nuestra sociedad y ni que deba perpetuarse.

PALABRAS CLAVE.

Miedo, incertidumbre, inseguridad, capital del miedo, paz.

ABSTRACT.

In this essay I will address the so-called culture of fear, a subject that in my opinion represents a very important facet in today's society in order to understand it as a whole and people and their behavior as individuals. The context presented by this culture based on insecurity and uncertainty ranges from public life to private life and therefore depends on a legitimization approved from all directions of the social whole. Politically, economically, psychologically and socially speaking, fear must be justified in order to perpetuate the intended social state and its decisions and joint actions. Within this negative framework for the global community, fear has combatants and is not an intrinsic state of our society and should not be perpetuated.

KEY WORDS.

Fear, uncertainnty, insecurity, fear capital, peace.

1. Introducción.

Se conoce la *cultura del miedo* como un fenómeno social en el que el miedo se convierte en el elemento central de la vida cotidiana y la forma en que las personas perciben el mundo que les rodea, caracterizada por la percepción de amenaza constante y generalizada en la sociedad. En este contexto, los individuos tienden a sentirse inseguros, ansiosos y temerosos, lo que puede llevar a conductas de evitación, vigilancia constante y la adopción de medidas extremas para protegerse a sí mismas y a sus seres queridos. Se relaciona de forma directa la cultura del miedo con los medios de comunicación, las empresas y la política como canales activadores de este sentimiento de inseguridad en la población. En breves palabras, la cultura del miedo es un fenómeno social en el que el terror se convierte en una fuerza poderosa que afecta la forma en que las personas perciben el mundo y toman decisiones en sus vidas cotidianas.

Abordar este concepto que inunda las sociedades globales actuales resulta imprescindible para dar luz a ideas y comportamientos que surgen en la misma. Escuchamos hablar de la “cultura del miedo” en política, debates y medios de comunicación, pero no hay claridad acerca de las causas y consecuencias de esta. Ante el panorama actual caracterizado por la incertidumbre, desesperanza y en general una visión fatalista sobre la humanidad, es esta cultura del miedo la que refuerza el negativismo que resulta inevitable.

El individuo contemporáneo que habita en occidente se encuentra expuesto constantemente ante los bombardeos mediáticos de información sobre lo que se debe temer o no; nuevas enfermedades, suicidio, abusos, devastación ambiental, terrorismo, ocupaciones, guerras, discursos... provocan en las personas un sentimiento generalizado de ansiedad e incerteza hacia cualquier aspecto de la vida privada y pública. Cualquier aspecto normal del día a día se ve sometido a un escrutinio diario en cuanto al nivel de amenaza que supone. “El propio miedo ha sido politizado hasta un punto en que el debate ya no es si debemos o no estar asustados, sino de qué o de quiénes hemos de asustarnos” (1).

Se percibe cómo la cultura del miedo afecta de lleno a la vida pública en la manera en que la contraposición de opiniones acerca de si son adecuados o inadecuados los motivos por los que sentir miedo, solo sirve para alimentar la confusión a la vida pública y reforzar el clima de inseguridad. La duda permanente de las personas antes si es seguro o no algo desemboca en focalizar el miedo hacia motivos inadecuados. Esto lo podemos visualizar en el ejemplo que nos ofrece el tan mencionado terrorismo. Tras los atentados del 11 de septiembre de 2001, la palabra terrorismo empezó invadir medios de comunicación, discursos políticos, debates y charlas de café, provocando una inseguridad social ante la posibilidad de presenciar un ataque terrorista por parte del enemigo. John Mueller en su libro *Overblown* en el cual señala que desde 2001 “En Estados Unidos han muerto menos personas a causa del terrorismo internacional que las que se han ahogado en sus cuartos de baño o las que han muerto por picaduras de abejas”. Con este ejemplo procuro reflejar cómo en ocasiones los miedos que más ocupan la mente de las personas son los menos probables de que ocurran, estadísticamente demostrado, resaltando así la importancia del entorno que envuelve al individuo y cómo este incentiva el sentimiento de miedo hacia una cosa u otra, dotando al mismo de su indiscutible carácter cultural.

La cultura del miedo, reconocida como un fenómeno social, permea la vida cotidiana convirtiendo el miedo en el eje central de nuestras percepciones y experiencias. Esta cultura se manifiesta a través de una sensación de amenaza constante y generalizada que incita inseguridad, ansiedad y temor en los individuos, lo que a su vez, orienta hacia conductas de evitación, vigilancia constante y medidas extremas de autoprotección. Los medios de comunicación, las empresas y la política se erigen como amplificadores de este sentimiento de inseguridad en la población, convirtiendo a la cultura del miedo en una fuerza poderosa que afecta la forma en que las personas perciben el mundo y toman decisiones en sus vidas cotidianas.

Analizar este fenómeno resulta crucial para comprender y desentrañar las dinámicas que predominan en nuestras sociedades contemporáneas. La omnipresencia de la "cultura del miedo" en la política, los debates y los medios de comunicación refleja una falta de claridad sobre sus causas y consecuencias. Ante un panorama global marcado por la

incertidumbre, la desesperanza y una visión fatalista de la humanidad, la cultura del miedo amplifica y refuerza este negativismo, haciéndolo casi inevitable.

El individuo contemporáneo, especialmente en las sociedades occidentales, se encuentra bajo el constante asedio de una avalancha de información que provoca miedo: nuevas enfermedades, abusos, crisis ambientales, terrorismo, conflictos bélicos y discursos alarmistas, generando un clima de ansiedad e incertidumbre generalizada que afecta todos los aspectos de la vida privada y pública. Así, la vida cotidiana se somete a un escrutinio constante en términos de su potencial amenaza.

Estudiar la cultura del miedo desde una perspectiva sociológica permite desentrañar las fuerzas sociales y culturales que contribuyen a su perpetuación y su impacto en las dinámicas grupales e individuales. Además, nos permite explorar cómo estas dinámicas se traducen en comportamientos, actitudes y decisiones que tienen consecuencias tangibles en nuestras vidas y en nuestras sociedades. Al comprender mejor la cultura del miedo, podemos identificar vías para enfrentarla y mitigar sus efectos, y en última instancia, fomentar una cultura de paz y solidaridad.

En este ensayo, haremos una inmersión profunda en la cultura del miedo, con el objetivo de proporcionar una visión más matizada de este fenómeno complejo y multifacético. Analizaremos su interacción con los medios de comunicación, la política y las empresas, y exploraremos sus efectos a nivel individual y social. Además, intentaremos arrojar luz sobre cómo podemos trabajar para desmantelar la cultura del miedo y construir en su lugar una sociedad basada en la confianza, el respeto y la cooperación.

2. Metodología.

El presente ensayo se basa en una metodología de investigación teórica, centrada en la revisión bibliográfica. El objetivo principal fue analizar y comprender la cultura del miedo y su influencia en la sociedad, así como explorar las alternativas propuestas por la cultura de la paz.

Para llevar a cabo este ensayo, se realizó una exhaustiva búsqueda y selección de fuentes bibliográficas relevantes. Se consultaron libros, artículos académicos, ensayos y otras publicaciones relacionadas con los temas abordados.

Una vez recopiladas las fuentes bibliográficas relevantes, se llevó a cabo un proceso de lectura y análisis crítico de los textos. Se identificaron los conceptos clave, se establecieron las relaciones entre ellos y se realizaron comparaciones y contrastes para comprender en profundidad los fenómenos abordados.

Es importante mencionar que, dado el carácter teórico de este ensayo, no se llevaron a cabo investigaciones empíricas ni se recopilaron datos originales. En cambio, se utilizó la revisión bibliográfica como herramienta principal para profundizar en los temas tratados y presentar argumentos respaldados por la literatura existente.

Cabe resaltar que, aunque se ha realizado un esfuerzo por utilizar fuentes fiables y autorizadas, este ensayo refleja una interpretación y síntesis de las ideas y teorías presentadas en las fuentes consultadas. Por lo tanto, la perspectiva presentada en este ensayo es el resultado de la interpretación personal, basada en la revisión bibliográfica realizada.

3. Cultura del miedo.

El concepto “*cultura del miedo*” ha sido, y es, abordado por numerosos teóricos desde diferentes perspectivas. Teniendo en cuenta una definición general que presenta la *cultura del miedo* como referencia a una percepción común de miedo y ansiedad en discursos públicos y relaciones personales que puede afectar en la manera que las personas interactúan con las demás, podemos abordar este concepto desde las siguientes cinco perspectivas:

- Desde una perspectiva sociológica, que presenta la cultura del miedo como un fenómeno social que surge en respuesta a los cambios sociales, políticos y económicos. Señala la creciente desigualdad, la inseguridad laboral, la pérdida del

Estado de Bienestar y la globalización como contribuyentes a un ambiente de incertidumbre y miedo en la sociedad.

- Desde una perspectiva psicológica, la cultura del miedo se percibe como un fenómeno que afecta a la salud mental y el bienestar emocional de los individuos. El miedo constante puede desarrollar estrés crónico, ansiedad y otros trastornos mentales que afectan la calidad de vida de las personas.
- Desde una perspectiva política, la cultura del miedo puede ser vista como una herramienta utilizada por líderes políticos para influir en la opinión pública y obtener así el apoyo de la población. La política del miedo se emplea como justificante para aplicar políticas restrictivas y autoritarias, como leyes de seguridad nacional o políticas migratorias severas.
- Desde una perspectiva mediática, la cultura del miedo se contempla como un fenómeno que surge en respuesta a la forma en que los medios de comunicación informan sobre los eventos actuales. La cobertura sensacionalista y alarmista de los medios contribuye a la creación de un ambiente de miedo y ansiedad en la sociedad.
- Desde una perspectiva económica, la cultura del miedo se presenta como un fenómeno ligado al consumo. La creciente demanda de productos relacionados con la seguridad, la vigilancia y la protección personal se observa como una clara respuesta a la cultura del miedo.

Las diferentes perspectivas que abordan la *cultura del miedo* se retroalimentan entre sí, es decir, entre todas se diseña el contexto cultural en el que se establece el miedo como eje central de referencia.

3.1. Cultural del miedo, un ecosistema de teorías.

En torno al concepto de cultura del miedo se han desarrollado diversidad de teorías que tienen como núcleo el ejercicio de la intimidación. En este ensayo presento las que desde mi punto de vista resultan más interesantes de abordar en cuanto a su presencia en la sociedad. Cabe señalar previamente que el asunto a tratar es el resultado de la conjunción

de una amplísima amalgama de conceptos y teorías que resulta sumamente complejo de abordar en su totalidad en este ensayo.

Teoría del riesgo. Esta teoría fue desarrollada por el sociólogo alemán Ulrich Beck y plantea desde una perspectiva sociológica la forma en que los riesgos y las incertidumbres se han convertido en una parte integral de la sociedad moderna. Beck argumenta que los temores hacia las amenazas naturales o eventos catastróficos pasan a un segundo plano en las sociedades industriales avanzadas, ocupando el primer plano nuevos riesgos producto de la propia actividad humana y de los avances tecnológicos y científicos. Los riesgos modernos, como pueden ser un desastre nuclear, un ataque cibernético, la contaminación ambiental o los efectos del cambio climático, se diferencian de los riesgos tradicionales por la forma en que son percibidos por las personas, ya que no son inmediatamente visibles o experimentados de forma directa. Unas de las características más significativas de los temores actuales son su aspecto global, incierto y a largo plazo. Destaca Beck que estos riesgos afectan a todos los miembros de la sociedad independientemente de su posición social, y no se limitan a grupos o territorios específicos.

Teoría de la modernidad líquida. Esta teoría se refiere a la condición social caracterizada por la incertidumbre, la volatilidad y la escasez de estabilidad en la sociedad contemporánea. Bauman presenta que en la era actual, las instituciones tradicionales y las estructuras sociales se caracterizan por ser fluidas y frágiles, lo que ha generado una sensación global de inseguridad y miedo. Este autor argumenta que la modernidad líquida ha creado nuevas formas de temor y ansiedad debido a la falta de estructuras sólidas y la movilidad constante de la sociedad. El estado líquido de la sociedad moderna se refleja en las personas en la manera en que estas se sienten vulnerables y temerosas ante la incertidumbre del futuro. La sociedad líquida ya no se enfrenta a riesgos claros y definidos, sino que está marcada por la emergencia de riesgos invisibles y difíciles de predecir. Bauman sostiene que la incertidumbre y el miedo resultante representa un golpe significativo en la forma en que las personas se relacionan e interactúan entre sí, resulta complejo crear compromisos duraderos y

estables, pues las personas procuran ser más cautelosas y evitar compromisos a largo plazo por temor a quedar atrapados en situaciones inseguras o no deseadas. También Bauman destaca el papel que ejerce el miedo en la modernidad líquida como mecanismo de control social. Medios de comunicación y sistemas de vigilancia masiva, por ejemplo, contribuyen a la amplificación del terror al resaltar los peligros y las amenazas potenciales, obteniendo como resultado una mayor fragmentación y segregación social.

Teoría de la vigilancia. En esta teoría como parte del análisis del poder y la disciplina en la sociedad moderna, Michael Foucault sostiene, entre otros tantos puntos, que la vigilancia es una forma de poder que se ejerce sobre los individuos, no sólo a través de la observación directa, sino también a través de la internalización de las normas y los mecanismos de control en la mente de las personas. Nuestro autor argumenta que la vigilancia no sólo está presente en las instituciones específicas, sino que se extiende en la sociedad en su conjunto, convirtiéndose en una parte integral de las relaciones de poder y que se ejerce por medio de mecanismos sociales y culturales. Un ejemplo es la mirada del otro y el temor a ser juzgado y evaluado por los demás, que puede actuar como forma de vigilancia y control social. La teoría de la vigilancia se relaciona con el miedo de varias formas. El miedo surge como resultado de la vigilancia y el control ejercidos sobre las personas de la sociedad moderna. Señalo a continuación algunas formas en las que se entrelazan:

- Miedo al castigo: la vigilancia implica la observación constante y el registro exhaustivo de los individuos, lo que puede producir temor a ser descubiertos y castigados por comportamientos considerados inapropiados o transgresores.
- Miedo al escrutinio social: la vigilancia social, tanto institucional como interpersonal, puede generar miedo a ser juzgados y evaluados por los demás. Este temor al escrutinio social puede influir en la conformidad y en la adopción de comportamientos considerados socialmente aceptables.
- Miedo a la transgresión de normas: este temor puede limitar la libertad individual y generar una autocensura y autorregulación basada en el temor a las consecuencias de ir en contra de las normas establecidas.

- Miedo a la pérdida de privacidad: el temor a ser constantemente observados y rastreados puede generar ansiedad y una sensación de falta de control sobre la vida propia.

Me gustaría añadir una quinta forma en la que se relaciona la teoría de la vigilancia con el miedo, aunque esta no se encuentra en el desarrollo mismo de la teoría. El terror generalizado impuesto entre las personas de la sociedad moderna ha servido y sirve como pretexto perfecto para legitimar la sobrevigilancia de los individuos. El debate gira entorno a la seguridad y privacidad; hay registro y control de todo movimiento que realice una persona para “asegurar” la seguridad de este y los demás. ¿Hasta qué punto el peligro al que estamos expuestos justifica la cada vez más notable pérdida de privacidad? Con esta invitación a reflexionar termino la intervención de la *teoría de la vigilancia*.

No quiero dejar en el tintero la mención relevante de la *Teoría del conflicto*, la cual invito a los lectores de este ensayo a indagar sobre ella y comprender su relación con la cultura del miedo. La razón por la que no abordo esta teoría en la redacción presente es por una cuestión de espacio, ya que presentarla conllevaría entrar en el desarrollo de múltiples conceptos que se alejan de nuestro eje central de estudio.

4. Uso y abuso del miedo.

El miedo ocurre como una perspectiva influyente que diseña los pensamientos respecto a la incertidumbre, y actualmente es sin duda más influyente que la perspectiva de la esperanza. En un panorama escaso de fuentes positivas de inspiración, la perspectiva del terror ha pasado a ser la principal fuente motivadora del siglo XXI. Si nos remontamos a las comunidades tradicionales, la incertidumbre estaba explícitamente guiada por dogmas y prácticas religiosas, en cambio, hoy por hoy el miedo es mucho más inquietante e inestable. Frank Ferudi nos remarca: “Podría decirse que es precisamente su dimensión inestable la que determina de qué forma actúa el miedo en tanto fuerza motivadora”. Conscientes de que la sociedad necesita de las influencias motivacionales para realizar

sus objetivos y mantener la estabilidad y el orden, a continuación, trataré de exponer cómo se usa y abusa del miedo.

Nos situamos en el contexto de la sociedad occidental la cual padece un déficit de motivación, “Especialmente desde los años ochenta, las sociedades occidentales han tenido dificultades para generar valores con los que motivar a las personas y lograr que se identificaran con un orden social” (2). Jürgen Habermas, teórico social y filósofo nos sugiere cómo “las instituciones capitalistas occidentales, que históricamente se han basado en los valores tradicionales para legitimarse, se habían visto entonces obligadas a encontrar nuevas fuentes de validación” (3). En este panorama cultural la fuerza motivacional del miedo toma mayor impulso y preponderancia, la cual podemos ver reflejada en la naturalidad con la que el discurso del terror ha sido adoptado por las narrativas de movimientos y campañas de signo opuesto.

Llegados a este punto es preciso hablar del *miedo simbólico*, interesante concepto que se refiere a un tipo de temor que no se basa necesariamente en amenazas tangibles o reales, sino en símbolos o representaciones que evocan la sensación de peligro. A diferencia del miedo físico o real, como prefieran llamarlo, que aparece ante una amenaza real y directa, el miedo simbólico es desarrollado por ideas, imágenes o narrativas que se asocian con ciertos temores o ansiedades en la sociedad. Este se origina en la cultura, la historia, los medios de comunicación o las creencias compartidas de una comunidad determinada, y lo vemos de manifiesto a través de estereotipos, mitos, supersticiones o prejuicios que se arraigan en el imaginario colectivo. Un ejemplo frecuente de miedo simbólico es el temor hacia lo desconocido o diferente, el cual podemos ver en el sentimiento de terror o ansiedad por parte de las personas hacia grupos étnicos, religiones o culturas diferentes a la propia, basándose en estereotipos o ideas preconcebidas que han sido transmitidas a lo largo del tiempo. Este tipo de temores se caracterizan por ser carentes de fundamentos reales, pero el impacto que pueden tener en la forma en que las personas perciben y se relacionan con aquellos que son percibidos como diferentes es significativo. A su vez, el miedo simbólico es utilizado como herramienta de control social, en la forma en que líderes políticos, élites o medios de comunicación aprovechan los símbolos del terror para

manipular la opinión pública y mantener un *status quo* favorable a sus intereses. Es importante señalar que este tipo de miedo no es necesariamente irracional ni completamente infundado. Los símbolos y las representaciones pueden tener poderosos significados y evocar experiencias históricas o traumáticas, sin embargo, es fundamental cuestionar y analizar de forma crítica el temor simbólico para evitar la manipulación o continuar estereotipos y prejuicios injustos.

4.1. Cómo viven el miedo los diferentes colectivos.

Los diferentes colectivos de una sociedad pueden experimentar y vivir la incertidumbre de diversas formas, pues las experiencias y perspectivas individuales cambian según los factores como la identidad, el contexto social, cultural y económico, así como las estructuras de poder y desigualdad presentes en la sociedad. La estructura desigual que caracteriza la sociedad capitalista contemporánea acentúa el impacto del miedo en aquellos grupos que son vulnerables al entorno social, poniendo una mayor carga social sobre los hombros de estos. A continuación, señalo algunas de las formas en las que diferentes colectivos experimentan el terror:

- Las personas pertenecientes a minorías étnicas y raciales se enfrentan a menudo al miedo de ser discriminadas, el racismo y la violencia que se sustenta en el color de su piel, su origen étnico o su cultura. El temor se manifiesta en la preocupación por su seguridad personal ante amenazas de violencia, a la exclusión social, la desconfianza hacia las autoridades o la ansiedad por ser objeto de estereotipos negativos.
- La comunidad LGTBIQ+ afronta el temor hacia la discriminación, la homofobia y la transfobia que se ha ejercido sistemáticamente hacia sus integrantes. El pavor a la violencia física, el rechazo social, la pérdida de empleo o la falta de protección legal puede llegar a ser una realidad constante para las personas de estas comunidades. También para ellos el miedo aparece en relación con la autenticidad de su identidad y la aceptación de sí mismos. Este colectivo no sólo debe luchar contra el miedo simbólico que los acorrala, sino también con el dilema interno de cada uno a la hora de reconocerse a sí mismos.

- En cuestión de género, las mujeres perciben el miedo hacia la violencia de género, el acoso sexual, la discriminación laboral o la falta de autonomía sobre sus propios cuerpos y decisiones. En una sociedad arraigada a los ideales del patriarcado, el sentimiento de temor en las mujeres es mayor que el que puedan percibir los hombres. El miedo a ser víctimas de agresiones sexuales o violencia doméstica afecta directamente en la libertad y la capacidad de desenvolverse en la sociedad, son sentimientos que no ocupan la mente de los hombres mayoritariamente.
- Las personas en situación de pobreza o marginación social frecuentemente se enfrentan al terror que provoca la inseguridad alimentaria, la falta de vivienda, la falta de acceso a servicios básicos, el estigma social y la exclusión. La incertidumbre en la que viven estas personas, que puede ser constante, supone un deterioro mental y físico y el incremento de violencia en entornos desfavorecidos.

Es importante señalar que estos son sólo algunos ejemplos de las formas en las que diferentes colectivos llegan a vivir el miedo. Cada individuo y comunidad tiene experiencias únicas y complejas que deben ser reconocidas y abordadas para construir una sociedad más inclusiva, justa y segura para todos. Esto sólo se logrará a través del fomento de la empatía, la lucha activa y el trabajo conjunto, entre otras, para así comprender y abordar los temores concretos que enfrentan los diferentes colectivos en nuestra sociedad.

5. Factores que contribuyen a la cultura del miedo.

El sentimiento de alerta continuo, de inseguridad, de temor generalizado hacia todas las direcciones del compuesto social que caracteriza la sociedad actual no surge de la nada. No tratamos un sentimiento primario del ser humano ante una amenaza visible y definida, la fuerza dominante del miedo es alimentada y perpetuada por diversidad de factores que influyen en la percepción colectiva de peligro y vulnerabilidad. Entender estos factores es fundamental para analizar de qué manera se desarrolla y se mantiene la cultura del miedo en nuestras sociedades.

Son varios los agentes interrelacionados que convergen entre sí para perpetuar y mantener vivo el estado de alerta entre las personas de nuestra comunidad. En primer lugar, destacan los medios de comunicación, quienes se encargan de crear la narrativa que amplifica los temores y promueve la sensación constante de inseguridad. A través de la difusión de noticias sensacionalistas y la exageración de eventos traumáticos, los medios alcanzan a generar una visión distorsionada de la realidad, contribuyendo así a la cultura del miedo.

Por otro lado, el papel de la política y el liderazgo también cuenta con una influencia significativa en la continuidad del miedo en la sociedad. Los líderes políticos y las organizaciones aprovechan el temor como una herramienta para obtener poder o promover sus propias agendas. Mediante la explotación de las preocupaciones y ansiedades de las personas, se pueden implementar políticas restrictivas en nombre de la seguridad, lo que alimenta aún más al miedo generalizado.

Así mismo, las experiencias personales traumáticas desempeñan un papel importante en el mantenimiento de la ansiedad generalizada de la sociedad. Aquellas personas que han sufrido experiencias de vida peligrosas o han experimentado traumas, tienden a desarrollar una visión del mundo como un lugar intrínsecamente amenazante y hostil. Estas vivencias individuales contribuyen también a la creencia colectiva de que el miedo es una respuesta adecuada y justificada ante cualquier situación.

La incertidumbre y los cambios rápidos que laten en las comunidades de la actualidad también desempeñan un destacado papel en la perpetuación de la cultura del miedo. En períodos de inestabilidad económica, política o social, las personas tienden a buscar seguridad y control. La falta de estabilidad y la sensación de que los cambios ocurren veloz generan ansiedad y temor generalizado.

Importante mención se llevan las redes sociales, pues en ellas se difunde el temor como pólvora en un campo de batalla. La propagación de información errónea, de teorías de conspiración, de *fakenews* y relatos exagerados que alimentan el terror colectivo y

amplifica los temores individuales, es a lo que millones de usuarios se exponen diariamente en sus pantallas.

En esta superficial exploración de los factores que contribuyen a la cultura del miedo, resulta evidente que su existencia y duración no pueden atribuirse a un solo factor, sino a una combinación compleja de influencias sociales, políticas y personales. Aunque sí cabe señalar el papel sumamente notorio que ejercen ciertos factores, los cuales abordaré más detalladamente a continuación.

5.1. Medios de comunicación: *Teoría de la espiral del silencio.*

En la era moderna, el papel que ejercen los medios de comunicación en la forma en que percibimos el mundo y construimos nuestra comprensión de la realidad es fundamental. Sin embargo, junto con su capacidad para informar y educar, los medios también tienen el poder de influir en nuestros pensamientos, emociones y acciones. A la hora de establecer y mantener la cultura del miedo en la sociedad los medios de comunicación han desempeñado un papel clave, ya que cuentan con la capacidad de llegar de forma masiva a todas las personas, pudiendo difundir información tanto real como ficticia que puede desencadenar el temor o la paranoia entre las comunidades.

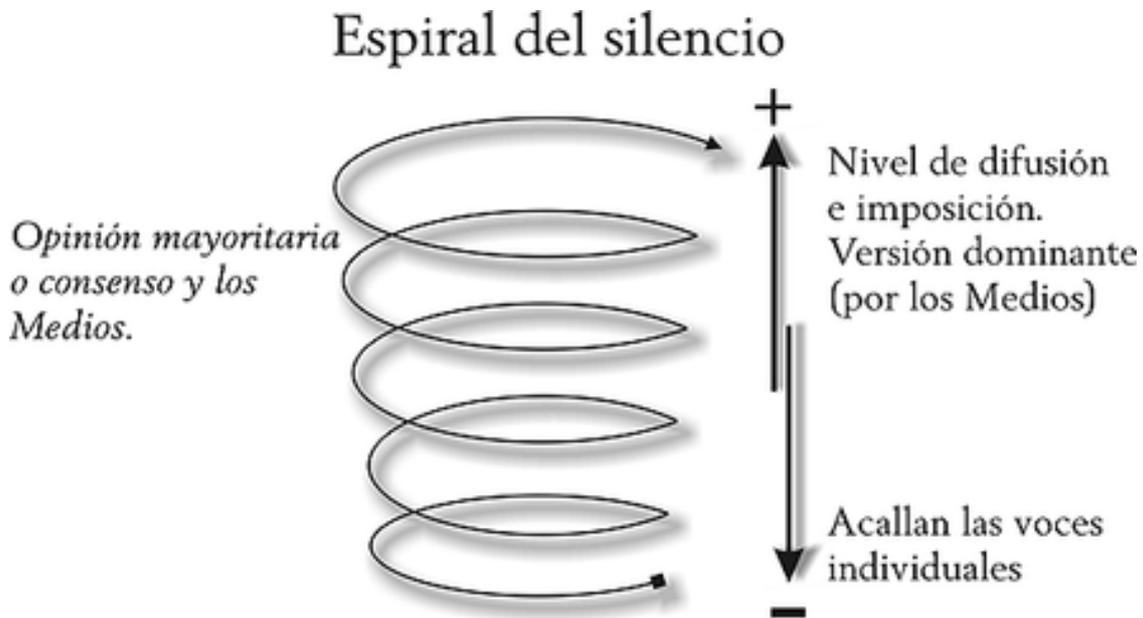
El afán de atraer audiencia y generar ingresos han hecho que la gran mayoría de los medios de comunicación opten por cubrir ciertos eventos y temas de manera sensacionalistas y alarmantes. Las tragedias, los crímenes violentos, los desastres naturales y las amenazas a la seguridad se convierten en titulares llamativos que atrapan la atención del público. Estas historias, aunque puedan ser relevantes, se presentan de tal forma que generan miedo y ansiedad en la audiencia, anulando la objetividad de las personas a la hora de analizar los hechos.

Por otro lado, el uso de los medios de comunicación por otras instituciones para difundir ideas y sentimientos según sus propios intereses es fácilmente detectable. No es nuevo que ciertos canales de difusión se asocien a una tendencia política o a una forma de

percibir el mundo. Tratar de informar sobre temas complejos como la salud, la política o el terrorismo mediante la exageración, la simplificación excesiva o la falta de contexto adecuado pueden distorsionar la realidad y provocar respuestas emocionales desproporcionadas. Las imágenes impactantes y las narrativas sensacionalistas pueden llevar a una visión equívoca de los riesgos y amenazas en la sociedad, lo que indudablemente alimenta la confusión y el miedo generalizado.

Sobre la fuerza que poseen los medios de comunicación a la hora de influir en las personas, la científica política alemana Elisabeth Noelle-Neumann nos presenta la *Teoría de la espiral del silencio* la cual busca explicar cómo las opiniones públicas se forman y cambian en las sociedades, basándose en la idea de que los individuos tienen un temor innato al aislamiento social y, por lo tanto, tienden a mantener en silencio las opiniones que perciben como impopulares o contrarias a la opinión dominante. Según esta autora, la espiral del silencio nace del concepto de “clima de opinión”, este clima consiste en la percepción que tiene una persona de cuál es la opinión mayoritaria en una comunidad determinada. El individuo es sensible a este contexto y procura de forma reiterada adaptarse a él para evitar la exclusión social y el aislamiento.

La teoría sostiene que una persona al percibir que su opinión difiere de la opinión mayoritaria experimenta un miedo a ser rechazado por la comunidad, por lo tanto, es más probable que no exprese su opinión sincera públicamente y adopte la opinión dominante, aunque no comparta ésta en privado. Este fenómeno crea una “espiral del silencio”, en el cual las opiniones minoritarias quedan opacadas por las mayoritarias que se vuelven más visibles y fuertes.



Noelle-Neumann destaca el papel de los medios de comunicación en la formación de la espiral del silencio, pues en ellos se reflejan y amplifican las opiniones mayoritarias, pueden influir en la percepción del clima de opinión y, por ende, en la voluntad de las personas a la hora de expresar sus opiniones contrarias. Así, los medios de comunicación son utilizados como herramientas para silenciar las opiniones minoritarias, ya sea a través de la exclusión o la ridiculización de dichas opiniones. La opinión pública como control social supone un gran poder que poseen los medios, pues a través de ellos se procura adaptar los pensamientos (y callar otros) del pueblo a favor de los intereses de unos pocos.

5.2. Política: *Terrorismo de Estado.*

El concepto que presento a continuación hace referencia al uso sistemático y organizado de la violencia por parte de un gobierno o régimen con el fin de controlar, reprimir o intimidar a la población civil. Esta estrategia implica la práctica deliberada y generalizada de tácticas violentas, como la tortura, los asesinatos extrajudiciales, las desapariciones forzadas, las detenciones arbitrarias y otras formas de violencia tanto físicas como psicológicas. Este tipo de terrorismo se caracteriza por varios elementos distintivos:

- Es sistemático y organizado. A diferencia de actos de violencia aislado o perpetrados por individuos, el terrorismo de Estado se ejecuta de forma

planificada y estructurada, a consciencia. Existe una coordinación y una estrategia detrás de los actos que acometen.

- Uso de la violencia como herramienta para el control. El objetivo principal de este terrorismo es el control social y político, por lo que el gobierno o régimen opta por emplear la violencia como medio para mantenerse en el poder y suprimir cualquier forma de oposición o disidencia.
- La violencia va dirigida hacia la población civil. A diferencia de los conflictos armados convencionales en lo que las fuerzas combatientes se enfrentan entre sí, el terrorismo de Estado se dirige específicamente hacia la población. Las estrategias violentas se utilizan para infundir el pánico y sometimiento en la sociedad en general.

La práctica de este concepto tiene diversas motivaciones, como la supresión de la disidencia política, la represión de minorías étnicas o religiosas, la consolidación de un régimen autoritario o el mantenimiento del control sobre recursos estratégicos. Se ha observado a lo largo de la historia y en distintos lugares del mundo, desde regímenes dictatoriales hasta situaciones de ocupación militar. En esta línea recomiendo la lectura de *“La doctrina del shock”* de Naomi Klein, en la cual la autora desarrolla y profundiza estas prácticas por parte de los estados aportando ejemplos históricos, sus motivaciones y consecuencias.

Noam Chomsky, reconocido intelectual y crítico político, ha realizado importantes aportaciones al análisis del terrorismo de Estado y planteado diversas ideas relevantes al respecto. Chomsky sostiene que este terrorismo no es un fenómeno aislado o excepcional, sino más bien una práctica sistemática y recurrente en la historia. Apunta que, aunque normalmente se considera que el terrorismo se ejerce por parte de actores no estatales, como grupos rebeldes o extremistas, los Estados también son responsables de cometer actos de terrorismo contra su propia población. Una de sus ideas principales es que el terrorismo de Estado se justifica mediante la creación de un enemigo interno, una amenaza que se exagera o inventa para movilizar el apoyo popular y legitimar así políticas represivas. Esto se consigue a través de la manipulación mediática, la demonización de

grupos opositores y la explotación del miedo existente en la sociedad. Este autor se refiere a esto como la “política del miedo” o la creación de una “cultura del miedo”.

Otra de las contribuciones destacables de Chomsky es el análisis que hace sobre cómo las potencias hegemónicas han respaldado y colaborado con regímenes autoritarios y represivos que practican este terrorismo. Argumenta que las superpotencias y otras naciones con poder a menudo han proporcionado tanto apoyo económico como militar y político a gobiernos represivos con el fin de proteger sus intereses geopolíticos y económicos, a pesar de las violaciones de los derechos humanos que cometen este tipo de regímenes.

5.3. Economía: *Capitalismo del miedo.*

Desde una perspectiva económica la *cultura del miedo* se ha visto como una oportunidad para abrir y extender nuevos nichos de mercado de los que poder sacar significativos beneficios económicos en todo el mundo. La incertidumbre, la inseguridad y el miedo en nuestras vidas experimentados dentro de una sociedad de consumo son los pilares para el denominado *capitalismo del miedo*. Este concepto hace referencia a una crítica social y económica que sostiene que el sistema capitalista se basa en gran medida en la explotación y perpetuación del miedo en la población para promover así el consumo y mantener el control sobre los individuos. Esta forma de capitalismo se apoya en varias estrategias para fomentar y aprovechar el miedo latente de la sociedad:

- La creación de necesidades fingidas. Las empresas utilizan técnicas de marketing y publicidad para provocar miedo en las personas sobre aspectos de sus vidas que previamente no se consideraban problemáticos. Ante estos supuestos problemas presentan soluciones generando así demanda y consumo.
- Cultura de consumo. El capitalismo del miedo se basa en la idea de que la felicidad y la seguridad se encuentran en la acumulación de bienes materiales, por lo que promueve de forma reiterada la idea de que uno debe poseer ciertos productos para protegerse ante peligros o para ser aceptado socialmente.
- Inseguridad laboral. La incertidumbre ante perder el empleo o no encontrar uno es empleado como una forma de control y sumisión de los trabajadores. Se

promociona la competencia y el individualismo, generando así una sensación de inseguridad constata que motiva a los empleados a aceptar condiciones laborales cada vez más desfavorables.

De esta forma, observamos como la inseguridad misma que provoca el sistema capitalista es comercializada y usada en beneficio propio. Podemos encontrar ejemplos muy fácilmente, como anuncios de alarmas, defensa personas, seguros de vida, médicos, de coche... etc., y no sólo de cuestiones que se relacionan con un posible asalto o agresión, sino de más tipos de inseguridades no tan explícitas. El miedo a la vejez, por ejemplo, genera todo un ecosistema de producción de cosméticos, dietas, gimnasios, y demás accesorios que provocan en las personas la necesidad de poseerlos. La venta al por mayor de esta inseguridad no sólo se promueve por medio del marketing, también a través de programas políticos y los propios medios de comunicación.

Un ejemplo actual de ello lo podemos encontrar en el alarmismo intencionado que se ha creado a través de la problemática de los “Okupas”. Hemos podido presenciar cómo se ha mencionado excesivamente este problema en medios habiendo una clara evidencia de que no se trata de un problema masivo, además de ser una cuestión que tiene diversidad de matices de por medio y siendo cada caso de “ocupación” muy diferente. Abriendo telediaris, ocupando portadas, horas de programas televisivos, discursos políticos y publicaciones masivas en redes sociales, el tema de la ocupación nos bombardea mediáticamente haciendo creer a las personas que se encuentran ante un peligro real e inminente. Reflejo de ello es cómo algunas empresas de alarma para el hogar en su publicidad actual mencionan este “riesgo” generalizado y ofrecen su alarma para que no puedan ocupar tu hogar.

La ocupación injusta es una realidad que ocurre muy puntualmente, pero se trata como si fuera lo más normal en el día a día de los españoles. Esto nos lleva a reflexionar hasta qué punto debemos analizar y cuestionar aquellos temores que se nos presentan junto con una supuesta solución más que necesaria. Y, sobre todo, percibir quiénes utilizan este discurso en sus campañas políticas y con qué intenciones. La ocupación, como muchos

otros temas, son usados por partidos extremistas para sembrar el miedo irracional y conseguir así más apoyo y seguidores.

En esta línea del capitalismo, me gustaría abordar el concepto acuñado por la autora y periodista Naomi Klein en su libro “La doctrina del shock: El auge del capitalismo del desastre”, el cual he recomendado en el punto anterior. Naomi nos habla del “*capitalismo del desastre*” como la forma en que el sistema capitalista aprovecha las crisis y los desastres para imponer políticas económicas y políticas favorables a las élites corporativas mientras se debilitan los derechos y la resistencia de la población. Según Klein este capitalismo asienta en tres pilares principales:

- Shock y desestabilización. Los estados de crisis, ya seas naturales o provocados, como desastres naturales, atentados terroristas o colapsos económicos, provocan un estado de shock en la población. En ese momento en el que las personas están confusas y con miedo, se aprovecha para introducir medidas impopulares y reestructurar las instituciones a favor de los intereses económicos y políticos. Con este estado de shock, se aseguran de que la reacción por parte del pueblo se nula o muy escasa.
- Liberalización y privatización. Durante los estados de shock, se promueve la adopción de políticas de libre mercado y privatización de los servicios públicos, bajo el argumento de que estas medidas son imprescindibles para la recuperación económica y la eficiencia, pero la realidad es que benefician a las grandes corporaciones y a las élites económicas, quienes obtienen las ganancias y aumentan su poder.
- Vigilancia y represión. Bajo el pretexto de garantizar la seguridad, los estados aprovechan las crisis para imponer medidas de vigilancia y represión, erosionando los derechos civiles y limitando la libertad de expresión y organización. Esto les ayuda a controlar la disidencia y a garantizar la implementación de políticas neoliberales sin oposición significativa.
-

Klein argumenta que este ciclo de shock, liberalización y vigilancia se repite en distintos contextos, como en Chile con la dictadura de Pinochet, o con el desastre natural

provocado por el huracán Katrina en Estados Unidos. También alude a lo ocurrido con la guerra en Irak y la crisis financiera global del 2008. Según esta autora, esta estrategia basada en la imposición del miedo socava reiteradamente la democracia y ha aumentado la desigualdad considerablemente.

6. Consecuencias de la cultura del miedo.

El temor y las emociones que lo acompañan producen diversas repercusiones en las personas, tanto a nivel individual como a nivel social. La intensidad con la que se presenta la cultura del miedo en la sociedad varía en intensidad y alcance en diferentes contextos y culturas, pero hablaré sobre su influencia en la actualidad. Aquí señalo algunas de las formas en las que se ve de manifiesto:

- **Ansiedad y estrés.** El incremento significativo de la sensación de ansiedad y estrés en las personas lo hemos podido apreciar en la medida en que cada vez son más los amigos, familiares o conocidos que nos comentan que padecen estos síntomas. En los últimos años, con ello, ha aumentado el tratar esta ansiedad ya que supone un problema real para la sociedad. Cada vez es mayor la importancia de acudir a terapia psicológica para abordar la salud mental y poder sobrellevar lo mejor posible las emociones negativas que experimentan las personas en la sociedad. También se ha observado la proliferación de otros métodos para aprender a gestionar las emociones, como los libros de autoayuda, podcast sobre salud mental, difusión de su relevancia a través de redes sociales y medios de comunicación. En resumen, el papel que ejerce la cultura del miedo sobre la salud mental de la población es altamente visible y significativo, y por ello, temas como la ansiedad, la depresión o el suicidio, que con anterioridad eran considerados tabú a la hora de expresarlos, actualmente forman parte de nuestras conversaciones cotidianas y cuestiones a tratar.
- **Comportamientos defensivos.** Cuando las personas se sienten constantemente amenazadas, es común que adopten conductas defensivas. Se vuelven más cautelosas, desconfiadas y estar en guardia todo el tiempo, lo que afecta en sus relaciones interpersonales y su capacidad para confiar en los demás. En este

sentido, Zygmunt Bauman nos aporta interesantes ideas como el “amor líquido”. Este concepto trata de explicar cómo los vínculos entre individuos se han ido degenerando con el avance de la sociedad moderna, producto de la incertidumbre que en esta se genera los lazos humanos se debiliten y hayan perdido solidez. Bauman argumenta que, en la era contemporánea, el amor y las relaciones personales se han vuelto cada vez más volátiles, efímeras y precarias, al igual que los estados líquidos que carecen de una forma definida. Para este autor el amor en la sociedad líquida es fluido, cambiante y adaptable, pero a su vez frágil y fácilmente desechable. Las personas tienden a evitar compromisos profundos y se sienten incómodas con la idea de estar encerrados en relaciones duraderas, lo que las lleva a relaciones fugaces y falta de compromiso. Esto puede generar ansiedad, soledad y sensación de insatisfacciones constante, haciendo sentir a las personas estar atrapadas en un ciclo de relaciones superficiales sin la posibilidad de hallar una conexión profunda y duradera.

- Polarización social. La cultura del miedo produce divisiones significativas entre diferentes grupos en base al temor hacia los mismos. Las personas se vuelven más propensas a estigmatizar y demonizar a aquellos que perciben como diferentes o peligrosos, lo que puede producir tensiones y conflictos sociales. Cuando las personas se encuentran inmersas en una cultura del miedo, es más probable que desarrollen actitudes negativas hacia su entorno, creando estereotipos y prejuicios hacia los demás grupos, y la empatía y comprensión mutua disminuye significativamente. La polarización se caracteriza por la falta de diálogo constructivo y una mayor hostilidad entre los grupos, llevando a las personas a una tendencia de agruparse sólo con aquellos que comparten sus opiniones y valores, formando “burbujas de filtro”.
- Supresión de la libertad. Como ya he mencionado anteriormente, en algunos casos la cultura del miedo puede utilizarse como herramienta de control social que se encarga de imponer medidas de seguridad excesivas o restricciones a las libertades individuales en nombre de la protección contra amenazas percibidas.
- Desconfianza en las instituciones y líderes. Cuando la cultura del miedo prevalece, el pueblo puede tornarse desconfiado ante las instituciones y los

líderes, ya que llegan a cuestionarse la veracidad de la información propiciada y sentir que están siendo manipuladas. Esto se traduce en la erosión de la confianza en la sociedad y en las figuras de autoridad.

7. Miedos contemporáneos: Enfrentando los desafíos del siglo XXI en un mundo incierto

En el contexto actual, la sociedad se enfrenta a una serie de desafíos y amenazas que generan miedos e inseguridades en diferentes ámbitos. Estos miedos reflejan la complejidad y la incertidumbre que caracterizan al mundo contemporáneo. A continuación, se explorarán algunos de los principales elementos que contribuyen a la creación de estos miedos:

Cambios tecnológicos y la era digital: Los avances tecnológicos, como la inteligencia artificial, la automatización y la robótica, generan temores en relación con la pérdida de empleos, la privacidad y el control de las máquinas sobre los seres humanos. La incertidumbre sobre el impacto de estas tecnologías en el futuro laboral y en la sociedad en general crea ansiedad y preocupación.

Desigualdades sociales y precariedad: La creciente brecha económica, la inestabilidad laboral, los bajos salarios y la falta de seguridad social generan temores en la población. La precarización del empleo y la dificultad para satisfacer las necesidades básicas alimentan la incertidumbre y el miedo a no poder hacer frente a situaciones de emergencia o mantener un nivel de vida adecuado.

Pandemia y post-pandemia: La aparición de la pandemia de COVID-19 y sus consecuencias han generado miedos generalizados en la población. El temor por contagiarse, a enfermar gravemente o a perder a seres queridos ha impactado profundamente en la sociedad. Además, la incertidumbre sobre la duración de la pandemia, las medidas restrictivas y la recuperación económica ha generado ansiedad y preocupación.

Nuevo orden mundial y crisis de las democracias: Los cambios geopolíticos, las tensiones entre las potencias mundiales y la erosión de los principios democráticos generan temores en relación con la estabilidad y la seguridad global. Las rivalidades comerciales, las disputas territoriales y el auge de movimientos nacionalistas generan incertidumbre sobre el futuro de las relaciones internacionales y el equilibrio de poder en el mundo.

Aumento de la xenofobia, la aporofobia y la discriminación: El crecimiento de movimientos y discursos xenófobos, aporófobos y discriminatorios ha generado miedos en relación con la diversidad, la inclusión y la convivencia pacífica. La estigmatización y demonización de personas migrantes, refugiadas o en situación de pobreza generan ansiedad y temor hacia lo desconocido o percibido como una amenaza.

Auge de movimientos extremistas y radicalizados: El fortalecimiento de movimientos políticos extremistas y radicalizados en diferentes países genera miedos en relación con la intolerancia, la discriminación y el retroceso en los derechos humanos. La retórica nacionalista, xenófoba y autoritaria de estos movimientos alimenta la preocupación por el respeto a la diversidad, la igualdad y la justicia social.

Inflación y crisis económicas: La subida generalizada de precios y la pérdida de poder adquisitivo generan miedos en relación con la estabilidad económica y la capacidad de cubrir las necesidades básicas. El temor a la pérdida de ahorros, la falta de acceso a bienes y servicios esenciales y la incertidumbre sobre el futuro económico contribuyen a la creación de inseguridades.

Riesgo de conflictos y guerra mundial nuclear: A pesar de los esfuerzos por el desarme nuclear, el riesgo de conflictos y una guerra mundial nuclear sigue presente en la sociedad. El temor a un conflicto de esta magnitud, con sus devastadoras consecuencias humanitarias, genera preocupación y ansiedad sobre la seguridad global.

Estos miedos contemporáneos reflejan los desafíos complejos y cambiantes a los que nos enfrentamos en el siglo XXI. Para hacer frente a ellos, es fundamental promover el diálogo, la tolerancia, la solidaridad y la cooperación entre las personas y las naciones.

Además, es necesario fortalecer las instituciones democráticas, fomentar la educación y la conciencia cívica, y trabajar juntos para construir un mundo más seguro, justo y sostenible.

7. Respuesta: *Cultura de la paz.*

La cultura del miedo y la cultura de la paz son enfoques opuestos que se centran en fomentar actitudes y comportamientos distintos en la sociedad. Mientras que la cultura del miedo se enfoca en el temor y la prevención de riesgos, la cultura de la paz busca fomentar la colaboración, el diálogo y la resolución pacífica de conflictos para construir sociedades más justas y equitativas. Presento una breve comparativa entre ambos previamente a desarrollar la cultura de la paz:

- **Enfoque:** La cultura del miedo se centra en la creación y difusión de temor en la sociedad, mientras que la cultura de la paz busca fomentar valores como la tolerancia, el diálogo y la cooperación para prevenir conflictos y construir sociedades más justas.
- **Perspectiva:** La cultura del miedo se enfoca en lo negativo y en los riesgos, mientras que la cultura de la paz se enfoca en lo positivo y en las posibilidades de colaboración y coexistencia pacífica.
- **Consecuencias:** La cultura del miedo puede generar polarización, discriminación, violencia y desconfianza en la sociedad, mientras que la cultura de la paz puede fomentar la inclusión, el respeto a la diversidad y la resolución pacífica de conflictos.
- **Acciones:** La cultura del miedo puede fomentar actitudes de desconfianza y de defensa propia, mientras que la cultura de la paz busca promover acciones para la cooperación, la solidaridad y la construcción de sociedades más justas y equitativas.

La *cultura de la paz* es un concepto que busca promover y fomentar valores, actitudes y comportamiento que contribuyan a la construcción de una sociedad pacífica y sostenible, como ya hemos podido ver en la comparativa. Esta se originó como respuesta a los

conflictos y la violencia que han afectado a la humanidad a lo largo de la historia, y busca establecer formas alternativas de resolver las diferencias entre comunidades y promover la convivencia pacífica. Trata de comprender que la paz no es simplemente ausencia de conflictos, sino un estado en el que se respetan los derechos humanos, se promueve la justicia social, se fomenta la igualdad de género, se protege el medio ambiente y se fomenta la participación ciudadana. Se basa en principios fundamentales como el respeto a la vida, la igualdad, la solidaridad, la tolerancia, la no violencia, la justicia social y la cooperación. Desde este pensamiento se procura promocionar la educación para la paz, la resolución pacífica de conflictos, la elevación de los derechos humanos, el desarrollo sostenible, la igualdad de género y la participación ciudadana.

Dentro de la cultura de la paz podemos identificar diferentes movimientos. Presento el antimilitarismo como su expresión más clara y directa contra el ambiente social que provoca y perpetúa el miedo. En palabras de Carlos Rois antimilitarismo lo podemos definir como “una expresión y una aspiración de superar el militarismo (y más ampliamente de transformar el paradigma dominación-violencia desde el que se construye) por medio de la acción colectiva y mediante una dinámica de quitarle poder en todos sus espacios, a la vez que de empoderar una alternativa colectiva y popular para cada uno de ellos. [...] el antimilitarismo viene acompañado de una apelación a la conciencia personal y colectiva como herramienta de acción directa en la lucha política para negarle nuestra parte de colaboración al militarismo.” Concibiendo el militarismo como un macroproblema de carácter abierto y global, la lucha antimilitarista toma un carácter inespecífico, pues luchar contra las estructuras de dominación y violencia de todo el globo no permite enfocar un único punto de “ataque”.

Esta corriente de pensamiento y acción que se opone a la guerra, la militarización y la violencia en todas sus formas, surgió en diferentes momentos y contextos a lo largo de la historia, y ha evolucionado en respuesta a las guerras y conflictos que han ocurrido en el mundo. el antimilitarismo moderno fue sembrado principalmente a finales del siglo XIX y principios del siglo XX, como reacción a la creciente militarización de las sociedades y la carrera armamentista entre las grandes potencias coloniales y los imperios europeos.

Durante este período, se formaron organizaciones y movimientos pacifistas en varios países, promoviendo la resolución de conflictos a través de medios pacíficos y la abolición de los ejércitos nacionales.

Durante el siglo XX, el movimiento antimilitarista se fortaleció considerablemente en respuesta a los horrores de la Primera y la Segunda Guerra Mundial. Surgieron así organizaciones como la Internacional de Resistentes a la Guerra (IRG), fundada en 1921, que promovían la objeción de conciencia y el rechazo al servicio militar obligatorio. En muchos Estados, los objetores de conciencia enfrentaron la cárcel y la persecución por negarse a participar en conflictos armados. A lo largo de las décadas posteriores, el movimiento ha abarcado diversas causas y luchas, como la oposición a la guerra de Vietnam en la década de 1960, el movimiento pacifista contra el armamentismo nuclear durante la Guerra Fría y las campañas contra la participación de los países en conflictos militares como la guerra de Irak y Afganistán.

Para terminar, presento el *artivismo* como uno de los movimientos que tratan de promover la paz. Este término combina las palabras “arte” y “activismo”, y hace referencia a el empleo del arte y la creatividad como herramientas para promover el cambio social y político. Surge de la fusión entre el arte y el activismo, reconociendo el poder del arte para transmitir mensajes, despertar conciencia y generar acciones a favor de causas sociales. Este movimiento surge como respuesta a la necesidad de encontrar nuevas formas de expresión y participación en los movimientos sociales y políticos. El *artivismo por la paz* aborda una amplia gama de problemas relacionados con la violencia, la guerra, la discriminación y la injusticia. A través del arte, busca transmitir mensajes de paz, suscitar empatía y comprensión entre diferentes grupos y promover la justicia social.

Las manifestaciones artísticas utilizadas para ello pueden incluir performances, murales callejeros, instalaciones, poesía, música, danza y teatro, entre otros. Estas formas de expresión artística pueden generar un impacto visual y emocional, captar la atención de las personas y estimular la reflexión sobre temas relacionados con la paz. También incluye proyectos comunitarios en los que artistas y activistas trabajan de la mano para abordar

problemas locales y construir relaciones pacíficas en sus comunidades. Se incluyen en estos proyectos los talleres de arte, colaboraciones creativas y eventos participativos que buscan fomentar el diálogo, la escucha activa y la reconciliación entre diferentes grupos. Uno de los puntos clave del artivismo por la paz es su enfoque en la transformación personal y colectiva. Busca no sólo cambiar las estructura y sistemas violentos, sino también promover una cultura de paz en la que los valores de respeto, tolerancia y solidaridad sean fundamentales.

8. Conclusión.

En este ensayo, hemos ahondado en la comprensión de la cultura del miedo, sus características, cómo se manifiesta y las consecuencias que produce en nuestra sociedad. Hemos evidenciado que este fenómeno no es un elemento aislado, sino que permea de manera profunda y muchas veces imperceptible nuestra cotidianidad, siendo un motor que determina conductas y decisiones en el individuo y en la colectividad.

La cultura del miedo, en la sombra de nuestra sociedad actual, se manifiesta de forma sutil y, a veces, casi fantasmal. La habilidad para percibirla no es privativa de todos, pero su omnipresencia no puede ni debe pasar desapercibida. Las sombras que proyecta el miedo, la incertidumbre y el pánico se extienden sobre nuestras comunidades y, aunque se han realizado avances en la concienciación sobre este problema, aún queda mucho camino por recorrer.

Nuestra reacción ante la inseguridad y el miedo ha ido evolucionando con el paso del tiempo, pero aún se muestra frágil frente al omnipresente ecosistema de la cultura del miedo. En esta lucha, los movimientos sociales y la acción colectiva son fundamentales para despertar la conciencia sobre la paz y su promoción. La educación tiene un papel insustituible, ya que a través de ella se pueden transmitir valores que difieren de los arcaicos que han justificado esta problemática social.

La cultura del miedo ha dejado una huella indeleble en nuestra sociedad moderna, generando diversas y perjudiciales consecuencias tanto a nivel individual como colectivo.

Los medios de comunicación, la política y la economía contribuyen significativamente a perpetuarla, aprovechándose del miedo como herramienta para controlar, influir y generar ganancias.

Sin embargo, ante esta realidad, emerge la cultura de la paz como una alternativa necesaria y urgente. Esta se sustenta en valores como la tolerancia, el diálogo, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos. Esfuerzos y movimientos como el antimilitarismo y el activismo por la paz son claros ejemplos de cómo es posible construir una sociedad basada en la no violencia, la justicia social y la solidaridad.

La tarea de fomentar una cultura de paz en nuestra sociedad es primordial. Esto implica desafiar a la cultura del miedo, promoviendo la empatía, el respeto mutuo y la comprensión entre los distintos grupos sociales. Requiere también impulsar transformaciones en los ámbitos político, económico y mediático, con el objetivo de favorecer una sociedad más equitativa, justa y pacífica.

La educación juega un papel trascendental en este proceso de construcción de una cultura de paz. Desde la infancia, es vital inculcar una educación para la paz, enseñar a los niños y jóvenes a resolver conflictos de manera pacífica, fomentar el pensamiento crítico y sembrar valores de respeto y tolerancia. Además, es fundamental robustecer la educación cívica y ciudadana para empoderar a los individuos y promover su participación activa en la sociedad.

En conclusión, la cultura del miedo genera impactos significativos en nuestra sociedad, pero la cultura de la paz nos ofrece un camino alternativo para construir un mundo más justo, pacífico y sostenible. Desafiar las estructuras de poder que perpetúan la violencia y el miedo, y fomentar una cultura basada en la cooperación, la justicia y la solidaridad, es la única vía para aspirar a un futuro mejor para todos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Frank Furedi. *Cómo funciona el miedo: la cultura del miedo en el siglo XXI*.
P.10
- “La sociedad del riesgo: hacia una nueva modernidad” (1986).
“Liquid Modernity” (2000) “Tiempos líquidos” (2016)
“Vigilar y Castigar” Michael Foucault (1975)
- (2) Frank Ferudi, “Cómo funciona el miedo: la cultura del miedo en el siglo XXI”
p. 203.
- (3) Habermas (1975), pp. 73, 75.
- Elisabeth Noelle-Neumann, “La espiral del silencio: Opinión pública: nuestra piel social
(Comunicación) (2010).
- Noam Chomsky, “La cultura del terrorismo” (2017)
- Naomi Klein, “La doctrina del shock: el auge del capitalismo del desastre” (2007)
- (4) Juan Carlos Rois, “Manual para entender el militarismo (y luchar por la
desmilitarización)”, 2020, pp.78.