

# cognición corporizada – embodied cognition

Authored by  
**memjavad**

January 18, 2026

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *cognición corporizada – embodied cognition*. Spanish Psychological Databases. Retrieved from <https://spanish.arabpsychology.com/?p=8405>

## Cognición Corporizada

**Primary Disciplinary Field(s):** Psicología Cognitiva, Filosofía de la Mente, Neurociencia, Inteligencia Artificial.

### 1. Definición Central y Postulados Fundamentales

La **cognición corporizada** (también conocida como cognición encarnada o *embodied cognition*) es un paradigma teórico que postula que los procesos cognitivos de un organismo están profunda e intrínsecamente ligados a las características de su cuerpo, incluyendo su sistema sensorial y motor, y a la interacción dinámica de este cuerpo con el entorno. Este enfoque se aparta radicalmente del cognitivismo clásico, el cual concebía la mente como un sistema de procesamiento de información abstracto y amodal, análogo a un software que opera independientemente de su hardware biológico. La tesis central de la cognición corporizada es que la mente no es un motor cerebral aislado, sino un sistema integrado que emerge de las complejas interacciones entre el cerebro, el cuerpo y el mundo.

El postulado fundamental sostiene que el cuerpo no es un mero vehículo pasivo que transporta la mente, ni un simple mecanismo de salida para ejecutar las órdenes cerebrales, sino que es un componente activo y constitutivo del sistema cognitivo mismo. Las capacidades de pensamiento y razonamiento dependen crucialmente de las limitaciones físicas, las posibilidades de acción (o *affordances*) y la estructura biológica que el cuerpo ofrece. Por ejemplo, la manera en que los seres humanos conceptualizan la temporalidad, la causalidad o las relaciones espaciales está anclada en esquemas motores fundamentales derivados de la experiencia física de moverse, manipular objetos y mantener el equilibrio.

En esta perspectiva, la cognición es inherentemente **situada** y orientada a la acción. Los procesos mentales no se limitan a la manipulación de símbolos internos desvinculados de la realidad física; por el contrario, están intrínsecamente acoplados a los mecanismos de percepción y acción que permiten al organismo navegar y modificar su entorno. La cognición, por lo tanto, es primariamente funcional, diseñada para facilitar la supervivencia y la interacción efectiva, lo que implica que el acto de "hacer" es inseparable del acto de "pensar".

### 2. Etimología y Precusores Filosóficos

Aunque la **cognición corporizada** se consolidó como un programa de investigación científica a finales del siglo XX, sus fundamentos conceptuales se remontan a críticas históricas al dualismo mente-cuerpo, particularmente a la tradición iniciada por René Descartes. La mayor influencia precursora proviene de la fenomenología del siglo XX.

[Maurice Merleau-Ponty](#) es quizás el precursor filosófico más citado. En su obra capital,

*Fenomenología de la percepción* (1945), desarrolló el concepto del "cuerpo vivido" (*corps propre*), argumentando que el cuerpo no es un objeto entre otros, sino el medio primario a través del cual tenemos acceso y significado en el mundo. Merleau-Ponty refutó la idea de que la percepción es un proceso puramente intelectual, insistiendo en que la conciencia y el conocimiento están arraigados en la habilidad motriz y la orientación práctica del cuerpo en el espacio. Para él, el cuerpo es la condición de posibilidad de la experiencia.

De manera complementaria, [Martin Heidegger](#), con su noción de *Dasein* o "ser-en-el-mundo", enfatizó que los humanos están fundamentalmente inmersos y comprometidos con su entorno. La comprensión, según Heidegger, no surge de la reflexión abstracta, sino de la participación práctica y la manipulación de herramientas. Estos filósofos sentaron las bases para una comprensión post-cartesiana de la mente que ve la cognición como algo activo, dependiente del contexto y fundamentalmente corporal.

### 3. Desarrollo Histórico y Consolidación Disciplinaria

La transición de la filosofía a la ciencia cognitiva se aceleró en la década de 1980, impulsada por la insatisfacción con el cognitivismo clásico, que era incapaz de explicar de manera satisfactoria cómo se conectaban los símbolos abstractos con la rica y compleja experiencia sensoriomotora del mundo real.

Un hito crucial fue el trabajo de [George Lakoff](#) y Mark Johnson. A través de la lingüística cognitiva, demostraron que el lenguaje y el pensamiento abstracto se estructuran mediante **metáforas conceptuales** que tienen su origen en la experiencia corporal. Por ejemplo, la comprensión de conceptos abstractos como "argumento" (que se conceptualiza como "guerra") o "afecto" (que se conceptualiza como "fluido en un contenedor") se basa en patrones sensoriomotores concretos. Este enfoque proporcionó un mecanismo empírico para vincular la experiencia física con la cognición de alto nivel, desafiando la noción de que las representaciones mentales son puramente simbólicas.

Paralelamente, el desarrollo de la robótica basada en el comportamiento, liderada por figuras como Rodney Brooks, proporcionó una validación práctica. Brooks demostró que los robots podían exhibir comportamientos complejos e inteligentes al interactuar directamente con el entorno a través de sistemas sensoriomotores simples, sin necesidad de construir un modelo interno completo del mundo. Este enfoque, a menudo llamado "nueva IA", reforzó la idea de que la inteligencia es una propiedad emergente de la interacción dinámica cuerpo-entorno, no el resultado de una planificación centralizada y abstracta.

### 4. Componentes Clave: Acción, Percepción y Simulación

La investigación contemporánea en cognición corporizada se articula en torno a cómo el sistema

motor, la percepción y la simulación interna se entrelazan para generar significado y comprensión. La acción y la percepción se consideran procesos mutuamente dependientes.

El concepto de *affordances* (afloramientos o posibilidades de acción), desarrollado por [James J. Gibson](#), es fundamental. Los organismos no perciben objetos en términos de propiedades geométricas neutras, sino en términos de lo que esos objetos "ofrecen" para la acción (por ejemplo, una superficie plana ofrece la posibilidad de caminar). La percepción está, por lo tanto, fundamentalmente orientada a la acción. El sistema nervioso evolucionó para detectar estas posibilidades de acción, haciendo que la percepción sea inherentemente motriz.

Una de las evidencias neurobiológicas más sólidas que apoya este paradigma es el descubrimiento de las [neuronas espejo](#). Estas neuronas se activan tanto cuando un individuo realiza una acción específica (como agarrar un objeto) como cuando observa a otro individuo realizar esa misma acción. Este mecanismo sugiere que la comprensión de las intenciones, las emociones y las acciones de otros se basa en una simulación o resonancia interna, un "ensayo" motor de la experiencia observada, vinculando directamente la cognición social y la empatía con el sistema motor propio.

## 5. La Tesis de la Enacción y la Mente Extendida

Dentro del paraguas de la cognición corporizada, existen tesis más fuertes que redefinen la relación entre el organismo y el mundo. La **enacción**, propuesta por Francisco Varela, Evan Thompson y Eleanor Rosch, sostiene que la cognición es un proceso de creación activa de significado por parte del organismo a través de su interacción con el entorno. La mente y el mundo se acoplan mutuamente, y el organismo no se limita a procesar información preexistente, sino que activamente "trae a la existencia" (enactúa) su dominio cognitivo mediante sus patrones de acción y percepción.

Una extensión relacionada es la **mente extendida**, propuesta por Andy Clark y David Chalmers. Esta tesis argumenta que, en ciertos casos, herramientas o partes del entorno externo pueden funcionar como partes constitutivas del proceso cognitivo. Si un objeto externo (como un cuaderno o una aplicación de teléfono) cumple las mismas funciones que una memoria interna, y si su uso es fiable y constante, entonces el proceso cognitivo se extiende más allá de los límites del cráneo. Aunque la mente extendida es a veces tratada como una subcategoría, comparte con la cognición corporizada la crítica al internalismo y la aceptación de que la cognición se desborda más allá del cerebro.

Ambas tesis enfatizan la noción de que la cognición es un fenómeno sistémico que abarca no solo el cerebro, sino también el cuerpo y las herramientas culturales y físicas con las que el organismo interactúa continuamente.

## 6. Aplicaciones e Implicaciones Disciplinarias

Las ramificaciones de la cognición corporizada han permeado diversas disciplinas, ofreciendo nuevas metodologías y enfoques para el estudio de la inteligencia y el aprendizaje.

**Educación y Desarrollo:** En el ámbito educativo, este paradigma subraya la necesidad de metodologías de enseñanza que prioricen la experiencia práctica, la manipulación de objetos y el uso de gestos (como el conteo con los dedos) para anclar conceptos abstractos. Se ha demostrado que la comprensión matemática y científica mejora significativamente cuando los estudiantes pueden utilizar su cuerpo para simular o interactuar con los fenómenos que están aprendiendo.

**Interacción Humano-Computadora (HCI):** El diseño de interfaces se ha beneficiado enormemente. Los sistemas que adoptan principios corporizados favorecen las interacciones gestuales, hápticas y basadas en el movimiento natural (como la realidad virtual o aumentada). Esto busca crear una interacción más intuitiva y eficiente al aprovechar los patrones motrices que ya están establecidos en el usuario.

**Inteligencia Artificial y Robótica:** La IA corporizada busca construir sistemas que aprendan a través de la interacción sensoriomotora con el mundo, en lugar de depender únicamente de grandes bases de datos o programación simbólica. Este enfoque, que utiliza el aprendizaje por refuerzo y la robótica cognitiva, intenta replicar el proceso de desarrollo cognitivo biológico, donde la inteligencia emerge del cuerpo en acción.

## 7. Debates Críticos y Limitaciones

A pesar de su éxito, la cognición corporizada no está exenta de críticas, las cuales suelen centrarse en la fuerza de sus postulados y la aplicabilidad a la cognición de alto nivel.

Una de las objeciones más persistentes es la **paradoja de la abstracción**. Los críticos preguntan cómo puede la cognición corporizada explicar procesos de pensamiento altamente abstractos, como las matemáticas puras, la lógica formal o la planificación a largo plazo, que parecen desvincularse por completo de la experiencia sensoriomotora inmediata. Aunque los defensores, como Lakoff, proponen que estos conceptos se basan en metáforas que se originan en el cuerpo, la naturaleza exacta de la representación y manipulación de símbolos puramente abstractos sigue siendo un punto de fricción.

Otra área de debate concierne a la distinción entre la versión débil y la versión fuerte de la tesis. La versión débil, que establece que el cuerpo simplemente **influye** o **causa** la cognición, es ampliamente aceptada. Sin embargo, la versión fuerte, que sostiene que el cuerpo es **constitutivo** y esencial para que el proceso cognitivo sea lo que es, es considerada demasiado radical por muchos neurocientíficos y filósofos, quienes prefieren mantener la centralidad del cerebro como el principal asiento de la computación. Demostrar experimentalmente la diferencia

entre influencia causal y constitución necesaria es un desafío metodológico constante.

Finalmente, la crítica del **desacoplamiento** aborda los estados cognitivos que parecen ocurrir sin interacción directa con el entorno, como la imaginación, el sueño o la planificación mental de escenarios futuros. Si la cognición es inherentemente situada, ¿cómo explicamos estos procesos "desacoplados" del entorno inmediato? Los defensores responden que estos procesos implican la simulación interna de estados corporales y ambientales previamente experimentados, pero la naturaleza de esta simulación interna requiere una mayor clarificación teórica y empírica.

## Further Reading

[Cognición corporizada \(Wikipedia en español\)](#)

[Maurice Merleau-Ponty \(Wikipedia en español\)](#)

[Martin Heidegger \(Wikipedia en español\)](#)

[George Lakoff \(Wikipedia en español\)](#)

[James J. Gibson \(Wikipedia en español\)](#)

[Neurona espejo \(Wikipedia en español\)](#)

[Inteligencia artificial \(Wikipedia en español\)](#)