



**UNIVERSIDAD
ACADEMIA**
DE HUMANISMO CRISTIANO

ANTROPOLOGÍA
ESCUELA DE ANTROPOLOGÍA,
GEOGRAFÍA E HISTORIA

**MUJERES Y CUERPOS GORDOS: UNA MIRADA DESDE LAS
IDEALIZACIONES NORMATIVAS Y LA ANTROPOLOGÍA DE LAS
EMOCIONES EN LA ACTUALIDAD.**

Profesor guía: Maira Arriagada Solís

Estudiante: Marcela Andrea Meza Ibarra

Tesis para optar al grado de Licenciado/a en Antropología

Tesis para optar al título de Antropólogo/a Social

Santiago, 2021

*Recuerdos borrosos de un tiempo
Se clavan y giran
Las células volvieron a reaccionar
Me sorprende su capacidad de memoria
El olor a tierra húmeda
La chomba, la neblina, el patio, la leche con avena, los gatos
Dos casas
Dos cazuelas distintas
-esa niña no se podía partir en dos-*

Agradecimientos

Esta tesis no podría existir sin el apoyo de mi pareja y compañera de vida, gracias por su amor incondicional. a mi familia que ha sido un pilar fundamental, a mis padres por siempre apoyarme en cada decisión, a mi hermana y hermano por entregar ese espacio fundamental de hermandad, a mi abuela y tía, que han sido inspiración en mi vida, a la Sofí, mi prima pequeña, que representa una luz en este camino. A mis compañeras de universidad con las que recorrí todos estos años, a mis amigas de toda la vida. Por último, un trascendental agradecimiento a las mujeres que se hacen presente en esta investigación, a todas esas personas muchas gracias por siempre estar.

Resumen

Actualmente la gordura afecta a una gran parte de la población mundial, esta tesis tiene como finalidad problematizar la gordura desde una mirada no estigmatizadora, buscando hacer un enlace entre los ideales normativos y cómo este influye en construcción de las emociones en mujeres de cuerpos gordos, desde una perspectiva antropológica. La actual investigación tiene un carácter cualitativo y es realizada a través del método biográfico. Dentro de los hallazgos, se encuentra que existe un cambio de la autopercepción del cuerpo gracias a la difusión del discurso feminista y que existe una gran discriminación hacia los cuerpos gordos, gracias a las experiencias relatadas por las entrevistadas.

Palabras clave: mujer, cuerpo gordo, ideales normativos, emociones, discriminación.

Contenido

| | |
|---|----|
| Capítulo I: Introducción..... | 6 |
| Capítulo II: Planteamiento del problema..... | 7 |
| 2.1 Antecedentes generales..... | 7 |
| 2.1.2 La belleza, antecedentes históricos..... | 11 |
| 2.1.3 Historia del activismo gordo..... | 14 |
| 2.2 Estado del arte | 17 |
| 2.2.1 Estudios sobre el cuerpo..... | 17 |
| 2.2.2 Aproximaciones teóricas | 18 |
| 2.2.3 Teorías de estigmatización y discriminación de la obesidad..... | 21 |
| 2.2.4 Sociología de las desigualdades en salud..... | 22 |
| 2.2.5 La construcción social de la obesidad y los Fat Studies..... | 23 |
| 2.2.6 Biopolítica de la gordura..... | 25 |
| 2.3 Problemática | 27 |
| 2.4 Pregunta de investigación..... | 29 |
| 2.5 Objetivo general | 29 |
| 2.6 Objetivos específicos | 29 |
| Capítulo III: Marco Metodológico | 30 |
| 3.1 Estrategia Metodológica..... | 30 |
| 3.2 Técnicas de producción de datos | 31 |
| 3.3 Plan de análisis | 32 |
| 3.4 Muestra | 33 |
| Capítulo IV: Marco Conceptual | 33 |
| 4.1 Cuerpo | 34 |

| | | |
|---------|---|----|
| 4.3 | Cuerpo y enfoque de género..... | 38 |
| 4.4 | Cuerpos gordos y disciplinamiento..... | 40 |
| 4.5 | Cuerpos grandes. El gordx como sujeto de la disidencia..... | 43 |
| 4.6 | Idealizaciones normativas..... | 46 |
| 4.7 | Las emociones..... | 47 |
| | Capítulo V: Análisis y presentación de resultados..... | 50 |
| 5.1 | Presentación de los resultados: experiencia personal de la investigadora..... | 50 |
| 5.2: | Experiencias de las entrevistadas..... | 58 |
| 5.2.1 | Dimensión: Cuerpo..... | 58 |
| 5.2.1.1 | Vivencias de un Bypass..... | 60 |
| 5.2.1.2 | Discriminación..... | 62 |
| 5.2.1.3 | Transporte..... | 63 |
| 5.2.1.4 | Comparación..... | 64 |
| 5.2.1.5 | Colegio y Universidad..... | 65 |
| 5.2.1.6 | Espacio laboral..... | 66 |
| 5.2.1.7 | Género..... | 67 |
| 5.2.2 | Dimensión: Idealizaciones normativas..... | 68 |
| 5.2.2.1 | Familia..... | 72 |
| 5.2.2.2 | Imagen ideal..... | 72 |
| 5.2.3 | Dimensión: Emociones..... | 75 |
| 5.3 | Análisis de los resultados..... | 80 |
| | Capítulo VI: Conclusiones..... | 86 |
| | Anexos..... | 93 |

Capítulo I: Introducción

A modo introductorio, actualmente dentro de un contexto global, pero también a nivel país existe un incremento sustancial de personas gordas, cabe destacar que no hablo de obesidad si no es acuñado por otra persona o si este se refiere a un término biomédico. Este incremento también trae consigo, el aumento de discriminación a estas personas, constituyendo una problemática fundamental en la actualidad. Este tema no es analizado desde perspectivas que no sean estigmatizadoras, si no que casi todas las investigaciones están relacionadas desde una perspectiva que no toma en cuenta las vivencias de las personas gordas.

Por parte del estado, las políticas públicas siempre van en función de reducir la llamada “pandemia de la obesidad” ya que según los organismos internacionales como la OMS la han catalogado así. Por lo tanto, los estados deben crear acciones para su disminución, pero estas acciones no contemplan las diversas variables que tienen los cuerpos gordos, ni su etnicidad, género e identidad.

Esta tesis busca ir más allá de lo anteriormente señalado, busca dar una mirada antropológica a las vivencia de mujeres gordas y como la imagen ideal afecta si o si la construcción de las emociones, ya que esta imagen proyecta estereotipos que luego al no cumplirlos, provocan frustración y otras emociones negativas gracias a la discriminación en casi todos los ámbitos de la vida, desde la niñez, adolescencia, colegio, universidad, trabajo y consulta médica, también incluyo mi relato, ya que como investigadora me resulta imposible no incluirme ya que también me enuncio como gorda, así pretendo dar una mirada más cercana a la problemática. Esta investigación también presenta una crítica al saber biomédico y su patologización, esto es trascendental ya que gracias a este saber gran parte de la discriminación y estereotipos surgen gracias a esto.

Es una investigación cualitativa de método biográfico y autobiográfico, la recolección de datos es realizada gracias a entrevistas semi estructuradas, las entrevistadas son mujeres de mediana edad que proporcionan la información ideal para el cumplimiento de los objetivos, que son descubrir, describir y analizar como la idealización normativa afecta en las emociones.

Los capítulos que se organiza el texto corresponden a una categorización, los principales son, planteamiento del problema, marco metodológico, marco conceptual, presentación y análisis de

resultados y por último se presenta la discusión donde se responde a la pregunta de investigación.

Capítulo II: Planteamiento del problema

2.1 Antecedentes generales

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) más de 1600 millones de personas adultas tienen sobrepeso en la actualidad y, de ellas, al menos 400 millones son obesas (Energici & Acosta, 2020). La obesidad se define como “una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud ya que puede derivar en enfermedades como la hipertensión arterial, diabetes, enfermedades coronarias, síndrome metabólico y cáncer (Energici & Acosta, 2020). “Si bien, anteriormente, este era visto como un problema de países desarrollados, actualmente la obesidad y el sobrepeso están en aumento en los países con ingresos bajos y medios, especialmente en las áreas urbanas” (Goldestein, 2019, p.1).

Desde 1975 la obesidad se ha triplicado en todo el mundo, en respuesta a este incremento, en el año 2004, la Asamblea mundial de la salud impulsó la “Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud donde se describen las medidas necesarias para respaldar las dietas sanas y la actividad física periódica” (Goldestein, 2019, p.11)

Actualmente se reconoce que se deben combinar distintos enfoques con estrategias de intervención múltiples que tomen con atención el carácter multifactorial del problema.

En consonancia con la multiplicidad de componentes recomendados, las agencias especializadas han destacado también la importancia del “(...) esfuerzo mancomunado y coordinado de Parlamentarios, Ministerios (Salud, Agricultura, Educación, Desarrollo Social, Economía y Finanzas, Comercio e Industria, Medio Ambiente, Deporte, etc.), Organismos Internacionales (FAO, OMS, OPS, PMA, UNICEF), academia, sociedad civil, autoridades locales, industria de alimentos y la Ciudadanía”, lo que resulta fundamental para mejorar la efectividad de las intervenciones con que se enfrenta esta epidemia (FAO-OPS/OMS; 2018). (Goldestein, 2019, p.12)

Este llamado de las organizaciones internacionales se traduce en que cada gobierno y parlamento de cada país debe

desarrollar políticas, programas e instrumentos regulatorios para impulsar sistemas alimentarios más sostenibles y sensibles a la nutrición (...). Se debe tener en cuenta que son las medidas a mediano y largo plazo las que van a generar cambios más importantes y sostenibles en el tiempo. (Goldestein, 2019, p.13).

Esta estrategia acusa a la alimentación poco saludable y la falta de actividad física como “las principales causas de las enfermedades no transmisibles más importantes como las cardiovasculares, la diabetes tipo 2 y determinados tipos de cáncer, y contribuyen sustancialmente a la carga mundial de morbilidad, mortalidad y discapacidad” (OMS, 2004). Por lo tanto, la principal función de esta estrategia va encaminada hacia promover y proteger la salud, gracias a la creación de un entorno que adopte las medidas en forma individual, comunitario, nacional y mundial, permitiendo reducir la morbilidad y mortalidad relacionadas a la alimentación poco sana y la falta de actividad física.

En el caso de Chile, de acuerdo con la última versión de la Encuesta Nacional de Salud (ENS) de 2016-17, cerca de dos tercios de la población en Chile tienen ‘malnutrición por exceso’. Esto, en tanto clasifica en las categorías de obesidad o sobrepeso según el índice de masa corporal (IMC)¹ (Goldstein, 2019, p.2).

Según los datos de La Encuesta Nacional de Salud (ENS) que utiliza el Ministerio de Salud para estimar la prevalencia de problemas de salud prioritarios de las personas de 15 y más años que viven en Chile, revela un aumento importante en lo que respecta al sobrepeso y obesidad, de 61% de la población encuestada en ENS 2003, sube al 67% en la ENS de 2009- 2010, y se eleva posteriormente al 74,2% en la ENS de 2016-2017 (Goldestein, 2019, p.3). A partir de estas cifras Margozzini y Passi (2018)² calculan que la obesidad mórbida afecta a 444.271 personas que sumados a los obesos llegan a 4.775.911 personas y en relación con quienes califican con sobrepeso según IMC son en total 10 millones de personas en el país. Además, según estos datos todas estas prevalencias son mayores en mujeres y sectores más vulnerables (Goldstein, 2019).

¹ El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m²).

² Fuente: Margozzini, P., & Passi, Á. (2018). Encuesta Nacional de Salud, ENS 2016-2017: un aporte a la planificación sanitaria y políticas públicas en Chile. ARS MEDICA Revista de Ciencias Médicas, 43(1), 30-346.

Considerando los resultados de las mediciones más recientes de la obesidad comparativamente Chile aparece con la mayor tasa de sobrepeso y obesidad de entre los países de la OCDE, como muestra el último ranking elaborado por esta organización. (Goldstein, 2019).

Estas cifras también se ven reflejadas en el aumento de la obesidad infantil en los últimos años, Según las cifras entregadas por la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) la malnutrición, según el mapa nutricional 2018,

aproximadamente la mitad de población que inicia el primer ciclo de enseñanza tiene malnutrición por exceso (26,4% de sobrepeso y 24,4% de obesidad en Primer año de Enseñanza Básica). El estudio de 2018 incluyó, por primera vez, a los estudiantes de 5° año de Educación Básica, observándose que entre estos la malnutrición por exceso llega al 60% (32,4% de sobrepeso y 27,7% de obesidad) (Goldstein, 2019, p.8).

Con el incremento y reconocimiento como problema de interés público, en Chile se han llevado a cabo políticas públicas, como, por ejemplo, la instalación del Consejo Nacional para la Promoción de la Salud Vida Chile (2000-2005). Este es

(...) una entidad de coordinación intersectorial, que fue reemplazada posteriormente por la Estrategia Global contra la Obesidad –EGOChile- (2006-2010). De aquí derivan luego un conjunto de estrategias para la promoción de entornos saludables a nivel de comunidades, lugares de trabajo y establecimiento educacionales. (Goldstein, 2019, p.15).

Dentro de los resultados de la promoción es que “el 98% de los municipios cuentan con un plan comunal de promoción y un comité de Vida Chile” (Salinas, 2007, p.136). Además dentro de los resultados más importantes fue que aproximadamente el 20% de la población recibió los beneficios directos de estos planes comunales gracias a un aumento de presupuesto comunal,

Por otro lado, en el ámbito de la Atención Primaria de Salud (APS), se crea en el año 2008 el Programa de Alimentación Saludable y Actividad Física para la Prevención de Enfermedades Crónicas en Niños, Niñas, Adolescentes y Adultos (PASAF), que incorpora atención nutricional, física y psicológica (Goldstein, 2019). Este programa tiene como función cubrir todos los Servicios de Salud del país a través de los centros de Atención Primaria, “Está dirigido a población obesa y con sobrepeso en alto riesgo de padecer enfermedades crónicas, alto riesgo definido como la presencia de prediabetes y prehipertensión en adultos y antecedentes

familiares (obesidad y factores de riesgo) en los niños”. (Romero, et al, 2008, p.2). Posteriormente, en el año 2011 se crea el Programa Vida Sana en reemplazo del anterior, con el fin de disminuir los factores de riesgo para desarrollar Diabetes Mellitus II e Hipertensión Arterial.

Más adelante, el año 2013 se publicó la Ley N° 20.670, de 2013, que crea el Sistema Elige Vivir Sano (vigente al día de hoy), “constituido por políticas, planes y programas elaborados y ejecutados por distintos organismos del Estado, destinados a contribuir a generar hábitos y estilos de vida saludables, cuya administración, coordinación y supervisión está a cargo del Ministerio de Desarrollo Social y Familia” (Goldstein, 2019, p.15).

Otra de las políticas públicas implementadas por Chile, es la Ley Sobre Composición Nutricional de los Alimentos y publicidad (Ley N° 20.606, de 2012, conocida como Ley de Alimentos) destinada a la regulación del etiquetado, publicidad y venta en el entorno escolar de alimentos altos en nutrientes críticos³ (Goldstein, 2019). Recientemente, el 27 de junio de 2019, entró en vigencia la tercera etapa de la Ley de Alimentos, aumentando las exigencias de reducción de nutrientes críticos de los alimentos.

Por otra parte, el año 2014 se establece el incremento al Impuesto Adicional a Bebidas Alcohólicas (IABA), en el marco de la Reforma Tributaria (Ley 20.78037), “con lo cual mediante la Ley del IVA se aumenta el impuesto específico a las bebidas azucaradas, alcanzando al 18% (y disminuyéndose en 3% el impuesto a las bebidas de menor contenido de azúcar)” (Goldstein, 2019, p. 16).

En el año 2016 se lanza la Política Nacional de Actividad Física y Deporte 2019-2025 liderada por el Ministerio del Deporte (MINDEP) (Goldstein, 2019). Por último, en enero de 2018 el Ministerio de Salud presenta la Política Nacional de Alimentación y Nutrición, “cuyo objetivo es establecer los principios orientadores para el desarrollo de iniciativas, proyectos, programas

³ Nuevo etiquetado frontal de advertencia en alimentos que sobrepasan los límites de energía, azúcares, sodio y grasas saturadas, respecto a la publicidad se enfoca especialmente a menores de 14 años, y en cuanto al entorno escolar es válido para establecimientos educacionales de pre-básica, básica y media. (Goldstein, 2019)

y estrategias para enfrentar los problemas relacionados con la alimentación y nutrición en Chile” (Goldstein, 2019, p.16).

Como queda demostrado en lo expuesto anteriormente, las sugerencias de la OMS y con ello, la implementación de políticas públicas en Chile está estrictamente relacionadas a que el problema de la obesidad se debe “luchar” bajo los tópicos de vida sana, con el objetivo de promover una alimentación saludable acompañado de actividad física, haciendo ver que la gordura y obesidad solo sucede por la falta de una “vida sana”.

2.1.2 La belleza, antecedentes históricos.

Para caracterizar la percepción histórica del fenómeno de la gordura, el argentino Julio César Montero (2001)⁴ en su investigación: “Obesidad: Una visión antropológica” infiere que la obesidad en la especie humana no existió significativamente hasta hace unos 10.000 y 5.000 años a.c, gracias a la instauración de la agricultura y ganadería, ya que, la provisión de alimentos fue más regular y segura. Anterior a este estadio histórico, mediante el análisis de figuras e imágenes humanas, como la estatuilla Venus de Willendorf datada desde hace 25.000 años y hallada en el actual territorio de Austria, representa a una mujer gorda. Para Montero (2001)⁵ el significado de esta estatuilla presume la necesidad de sobre alimentación y almacenaje adiposo para la época de escasez. Este ideal con la consagración de la agricultura y ganadería que ya no provoca la escasez la necesidad de la obesidad como protectora fue disminuyendo hasta perder valor sociocultural como ideal de belleza. El autor concluye “que la obesidad ha tenido un significado cambiante para las culturas en relación a la significación de la misma y a las condiciones de vida en los diferentes momentos evolutivos de la humanidad” (Quirós, 2019, p.19)

Desde un proceso histórico el cuerpo ha sido construido desde lo occidental, el cuerpo en la modernidad

(...) ha de privilegiar la boca, órgano de la avidez, del contacto con los otros por medio del habla, del grito, o del canto que la atraviesa, de la comida o de la bebida que ingiere, la incandescencia social del carnaval y las fiestas populares se vuelve más rara. Los ojos

⁴ (Montero, 2001 citado en Quiroz, 2009, p.16)

⁵ (Montero, 2001 citado en Quiroz, 2009, p.16)

son los órganos que se benefician con la influencia de la cultura erudita, en ellos se concentra todo el interés del rostro. (Le Breton, 1990, p.41).

Es así que en el siglo XVI “el cuerpo femenino se construye en base a una belleza virginal y de exaltación, entendiéndose a esta belleza digna de admiración, privilegiando las partes superiores como el rostro” (Encalada & Vasco, 2017, p.11) La belleza moderna invocada en el siglo XVI reside en la asociación de las partes: “una contigüidad de objetos que componen la perfección” (Vigarello, 2005, p. 192)

En la época renacentista ya se pone de moda el retrato provocando la instauración de un “nuevo sentimiento de ser un individuo, de ser el mismo, antes de ser miembro de una comunidad, el cuerpo se convierte en la frontera precisa que marca la diferencia entre un hombre y otro” (Le Breton.1990, p.45).

En el siglo XVII ya se ha instalado un modelo único de belleza, lo que trae consigo la vigilancia para cumplir estas normas, en este siglo, las mujeres utilizan corsé para moldear el tronco de tal manera que se llega hasta el punto de la asfixia gracias al estrangulamiento de todos los órganos. Para Vigarello (2005) “ser bella supone un trabajo muy orientado hacia las morfologías: La belleza descuidada, natural, resulta impensable en ese universo del placer. La verticalidad apretada se vuelve geometría obligatoria” (Vigarello, 2005, p. 220).

En este sentido la mujer aldeana, indígena o negra, es siempre comparada con las mujeres de un status social más alto, provocando una estigmatización por su “posición social”, en consecuencia se produce un distanciamiento social con quienes no cumplen con el canon, naciendo entonces “la exclusividad de la belleza como única y regida desde las élites desarrollando un canon de belleza ideal, siendo esta comparada con la armonía celeste, se construye entonces una base de proporciones divinas que deben aplicarse como reglas del cuerpo” (Encalada & Vasco, 2017, p.12)

Ya en el siglo XVIII, la belleza humana comienza otro camino, alejado de la idea de la divinidad “el cuerpo es comprendido como bello en su totalidad, ya no se proclaman solo las partes superiores como bellas ahora se engloba la belleza corporal como parte de un todo” (Encalada & Vasco, 2017, p.14). Las formas de siluetas se comienzan a identificar como bellas, un cuerpo

más libre pero regido por un peso adecuado, medidas y postura correcta. Este cambio no modifica que la belleza siga siendo exclusiva de un grupo social, este canon sigue reproduciendo una dominación cultural gracias a la mirada del otro. (Encalada & Vasco, 2017)

Más tarde en el siglo XIX la parte inferior del cuerpo comienza a tomar protagonismo “las caderas ahora son observadas y se convierten en rasgo de belleza debido a su amplitud” (Encalada & Vasco, 2017, p.15) Comienza la retirada de los vestidos que ocultan la parte inferior, ahora definen la figura y resaltan las caderas dando curvas al cuerpo. A finales de este siglo, la imagen de la mujer se erotiza, incita al deseo, convirtiéndose en un objeto de placer masculino, para Vigarrello es en este momento donde la mujer “se convierte la carne en espectáculo dando sus primeros pasos el inicio de los concursos plásticos: como el de las piernas más bellas, la nuca más bonita y los senos más hermosos” (Vigarrello, 2005, p.228).

Con la llegada del siglo XX y la instauración plena del sistema capitalista y el sistema patriarcal que lo sostiene, la belleza se ve representada en el cine, teatro y espectáculo, en este sentido, la mirada pública, gracias a la masificación de los medios de comunicación, se da pie a que las mujeres que cumplen con el canon de belleza comienzan a representar grandes marcas de perfume, cosméticos entre otros, en consecuencia “la belleza se convierte en un conjunto de atenciones que son comercializadas” (Encalada & Vasco, 2017, p.15)

En 1910 nacen los primeros métodos que garantizan la pérdida de peso, surgiendo las primeras dietas con el fin de eliminar la grasa de todo el cuerpo. Comienza el culto por la delgadez acompañada por todo un mercado que comercializa productos con el fin de hacer a la mujer más delgada. (Encalada & Vasco, 2017). Durante todo el siglo XX los estándares con respecto al peso comienzan a ser más intransigentes y restrictivos, el peso ahora, determina la belleza. Si no se cumple nace la idea de “disciplinar al cuerpo mediante regímenes correctivos para alcanzar la figura deseada” (Encalada & Vasco, 2017, p.16)

El cuerpo actualmente es un objeto de consumo, sujeto a corrección, moldeamiento, y disciplinamiento con el fin de cumplir los estándares de belleza.

Para Marcel Mauss (1979) *“Cada técnica propiamente dicha tiene su forma. Lo mismo se puede decir de todas las demás actitudes corporales. Cada sociedad posee unas costumbres propias”*

(Mauss. 1979, p. 338). En este sentido la belleza es una técnica adquirida a través de un conjunto de mecanismos, actualmente como, la televisión, medios de comunicación masiva, moda, cine, música, en realidad en todas las esferas contienen las formas de cómo debe ser un cuerpo. Para Mauss (1979) esos hábitos varían no solo con la imitación y el individuo, sino sobre todo con las sociedades.

2.1.3 Historia del activismo gordo

La palabra gordura proviene del campo semántico del exceso, si bien autores como Baltazar Fernandez-Ramirez y Enrique Baleriola (2012)⁶ infieren que, si bien existen algunos usos sustantivos del término “gordo” que connotan positivamente, el “término es tradicionalmente utilizado de manera peyorativa” (Energici & Acosta, 2020, p.4)

Como hemos visto en los antecedentes la palabra obesidad es utilizada desde una perspectiva biomédica, actualmente en las ciencias sociales se ha comenzado a incorporar la palabra gordura como término académico con el fin de producir resistencia ante la medicalización de la diversidad humana en general y el cuerpo gordo en particular. (Energici & Acosta, 2020). Es así que el término gordura o *fat* se transforma como un modo para nombrar a cuerpos grandes dejando atrás la palabra obesidad, por ser un término patologizante. Es por esto que como investigadora utilizaré la palabra obesidad solo cuando cite o se hable desde un sentido biomédico.

Es en Estados Unidos donde surge el interés teórico-filosófico por la gordura estigmatizada, este interés surge a finales de los 60. En relación a Latinoamérica, es recién objeto de análisis entrando a los años 2000, no fue antes, por el contexto de principios del siglo XX ya que la percepción de la gordura, se relaciona con la prosperidad asociado a la buena salud, especialmente en países con altos niveles de pobreza (Energici & Acosta, 2020)

Para Nault (2014)⁷ En el imaginario popular, la pobreza y la gordura se vinculan férreamente bajo la forma de estereotípicas imágenes de madres viviendo de la asistencia social recibiendo más que su salario, y familias de clase trabajadora atragantándose con

⁶ (Fernandez-Ramirez, Baleriola, 2012, citado en Energici, Acosta, 2020, p.4)

⁷ (Nault, 2014, citado en Moreno, 2015, p.10)

comida rápida. Es así como “la fobia de lo gordo y la fobia del pobre” se encuentran fuertemente interceptadas y “el miedo de un cuerpo fuera de control no está desvinculado del miedo de masas [trabajadoras] fuera de control. (Moreno, 2015, p. 10).

Simultáneamente, surgen industrias, como la farmacéutica, alimenticia, cosmética y publicitaria que, a través de los argumentos presentados por la salud, pretenden eliminar el mundo de la gordura mediante infinitos productos de dieta, transformando la gordura en un problema, “una aflicción social que produce rechazo, que implica pasividad, vergüenza, infelicidad y segura muerte prematura” (Moreno, 2015, p.10).

A finales de los 60, en EE.UU. surgen grupos que buscan la visibilización de la gordura, pretenden ir más allá que como impronta estética, si no, como cuerpos de resistencia producto de su estigmatización (Moreno, 2015). En *History of the fat acceptance movement*, (2013) infieren que en un inicio el motivo principal para la discriminación hacia los cuerpos gordos está relacionado a la productividad del trabajo, ya que al ser un cuerpo gordo este “aparentemente se ve impedido para desarrollar trabajos físicos con la misma intensidad que una persona delgada” (Moreno, 2015, p.11). En consecuencia, a este estigma, el desarrollo de los estereotipos sociales se masificó y trascendieron hacia otros espacios como el mercado, la moda, la publicidad y el cine. Es en este contexto donde se crea el movimiento “*Fat pride*”, “*Power fat*”, o “*Liberación fat*” que se caracteriza por una acción pública, más bien performática, “de hecho, esta característica eminentemente popular, provoca que el movimiento no sea rastreable en sus inicios desde la perspectiva teórica, ya que se concentran en puestas en escena improvisadas” (Moreno, 2015, p.11). Estos primeros grupos de activismo gordo, surgen casi al mismo tiempo y tienen similitudes en el sentido performativo a los grupos de liberación Queer, tales como Queer Nation y las Lesbian Avenger (Moreno, 2015).

Más adelante se forma el grupo feminista The Underground Fat, fundado por Sara Fishman y Judy Freespirit, su principal oposición fue hacia el sesgo científico en contra de la gordura. “Los principios basales de estas activistas eran denunciar que el temor de la cultura norteamericana hacia las grasas es un temor a las mujeres sensual y sexualmente poderosas, y que la pérdida de peso es un genocidio identitario” (Moreno 2015, p.11).

En los años posteriores, especialmente en la década de los 80 hasta en la actualidad, este movimiento se hizo más generalizado en EE.UU. lo que permitió que las ideas fueran masificadas, proliferaron congresos, conferencias y libros. Ya entrando al siglo XXI, en el año 2001 las autoras Jana Evans Braziel y Kathleen Le Besco, publican *Bodies out of Bounds: Fatness and Transgression (Cuerpos fuera de Límites: Gordura y transgresión)*⁸ en el presentan un compilado de diferentes autores acerca de la problemática de los cuerpos gordos en la sociedad y sus aristas teniendo importancia en los discursos a nivel académico, antropológico, mediático, cultural y social.

En definitiva, los estudios teóricos acerca de la gordura buscan evidenciar que “es una construcción densa, polivalente, y contradictoria; (y que) esto juega todos estos papeles en el cultural imaginario, y más. Dentro de los discursos de medicina, psicología, y el capitalismo, la grasa prolifera, y sus posiciones culturales son complejas y variadas.”⁹ (Moreno, 2015, p.12).

Buscando así la reformulación mediante la concientización de la idea de la gordura en el imaginario social.

Algo muy distinto ha ocurrido en Latinoamérica, es poco lo que se puede desarrollar sobre activismo y teorización de esta problemática, aun así el boletín “Gordazine” creado por la Argentina Laura Contrera, presenta traducciones de textos sobre activismo gordo y da espacio para la reflexión sobre estos cuerpos con el fin de reconstruir los discursos de estos mismos, en esta misma línea en el año 2018 la autora junto a Nicolás Cuello, publican el libro “Cuerpos sin patrones” (2018) en el recopilan diversos escritos, con el fin de producir una mirada crítica hacia los estudios sobre cuerpos gordos, y así, producir teorización sobre los cuerpos sin patrones desde Latinoamérica.

⁸ (Braziel, Le Besco, 2001, citado en Moreno 2015, p.12)

⁹ Traducida por Moreno (2015) en *Bodies out of Bounds: Fatness and Transgression*. 2001, Jana Evans Braziel y Kathleen Le Besco: “Indeed, corpulence is a dense, polyvalent, and contradictory construction; it plays all these roles in the cultural imaginary, and more. Within the discourses of medicine, psychology, and capitalism, fat proliferates, and its cultural locations are complex, myriad, and varied.”

2.2 Estado del arte

2.2.1 Estudios sobre el cuerpo.

En relación al cuerpo los estudios desde las ciencias sociales han sido limitados en comparación con el corpus investigativo realizado por otras ciencias como la medicina y la biología, esto trae consecuencias ya que las divisiones en que se piensa sobre lo humano se articulan como “lo interno (accesible únicamente para el sujeto) y lo externo (públicamente observable), lo privado y lo público, la mente y el cuerpo” (Energici & Acosta, 2020, p. 2). Es así que los estudios de la corporalidad es comprendida como una entidad biológica estudiada por las ciencias naturales mientras el objeto de estudio de las ciencias sociales corresponde al análisis de la mente.

Para el antropólogo y sociólogo David Le Breton (2002)¹⁰, el interés por la corporalidad se ha realizado desde dos aproximaciones, la primera es un acercamiento desde los estudios naturistas, desde esta perspectiva se considera el cuerpo como una “entidad pre-social, la estructura de la sociedad se explica reduciendo al individuo a algún aspecto físico, genético o neurológico de su constitución. Así, la sociedad es un epifenómeno de ciertas cualidades humanas” (Energici & Acosta, 2020, p.2). En este grupo encontramos las teorías evolucionistas o aproximaciones desde la neurofisiología.

En el otro grupo encontramos las aproximaciones construccionistas, estas consideran que:

La sociedad da forma, constriñe e incluso crea el cuerpo (Grosz, 1994; Shilling, 2012). Exponentes de esta aproximación son Michel Foucault (1975/2002) y Sandra Lee Bartky (1990), por nombrar algunos. Una de las grandes críticas a quienes se inscriben en esta línea es que consideran que el cuerpo es más un receptor que un generador de significados culturales y sociales (Coole y Frost, 2010; Grosz, 1994; Shilling, 2012). (Energici & Acosta, 2020, p. 2)

En Grosz (1994)¹¹ para las teorías con perspectiva feminista, el eje central ha sido el cuerpo, ya que a través de él se ha ejercido y articulado la opresión histórica hacia las mujeres (Energici & Acosta, 2020) incluso la primera perspectiva naturalista ha creado un determinismo biológico

¹⁰ (Le Breton, 2002 citado en Energici, Acosta, 2020, p.2)

¹¹ (Grosz, 1994 citado en Energici, Acosta, 2020, p. 2)

justificando la inferioridad femenina. Para Frost (2011)¹² “En este contexto, la perspectiva socioconstruccionista fue un avance, ya que permitió cuestionar el modo en que las atribuciones biológicas respecto de los cuerpos de las mujeres se construyen social e históricamente, para articular un orden político” (Energici & Acosta, 2020, p. 2) pero, aun así, esta articulación teórica concibe el cuerpo sin capacidad de agencia ni incidencia, es decir una materia moldeable.

En este contexto han surgido aproximaciones teóricas que buscan superar las nociones binarias que han sido hegemónicas en el pensamiento occidental. Desde estos paradigmas, se considera el cuerpo como un híbrido de asuntos biológicos, materiales, sociales, políticos, culturales, textuales e imaginarios, entre otros. Ejemplos de estas perspectivas son los nuevos materialismos (Coole y Frost, 2010; Frost, 2011) y la teoría del actor red (Latour, 2008) (Energici & Acosta, 2020, p. 2)

Para David Le Breton (1990) en “Antropología del cuerpo y modernidad” el tema principal es la comprensión y noción del cuerpo acorde a su contexto, por lo tanto, la concepción del cuerpo varía dependiendo de su cultura y tiempo, adquiriendo diferentes sentidos, siendo una construcción simbólica de la realidad. Hoy “hablar del cuerpo en las sociedades occidentales contemporáneas significa referirse al saber anatómico-fisiológico en el que se apoya la medicina moderna” (Le Breton.1990, p.83). Además, en la actualidad “la profusión de las imágenes actuales del cuerpo no deja de evocar el cuerpo en pedazos del esquizofrénico, raramente tiene una imagen coherente de su cuerpo, lo transforma en un tejido plagado de referencias diversas” (Le Breton.1990, p.90).

2.2.2 Aproximaciones teóricas

Dentro de las investigaciones de la gordura se encuentran estudios de variadas temáticas y aproximaciones metodológicas, uno de ellos es el llamado Género, gordura y feminismo. La experiencia de mujeres feministas en la CAPV de la autora Irati García, (2016) en el mediante una etnografía apoyada por la observación participante realizada a mujeres de un colectivo que se perciben con mujeres, feministas y gordas, en su resultado se puede observar los cambios culturales del cuerpo y con ello las influencias de las olas del feminismo, pero además se encuentra diferencias en las vivencias corporales de acuerdo con los procesos o etapas de vida

¹² (Frost, 2011 citado en Energici, Acosta, 2020, p. 3)

en los participantes. Pero además recalca “como el feminismo intersecta en sus vivencias y en la articulación de herramientas de resistencia” (García, 2016, p. 2)

La siguiente investigación llamada La tiranía de la apariencia en la sociedad de las representaciones (Martín, 2002) presenta una mirada desde la comunicación social, donde recalca sobre el impacto de la comunicación audiovisual en el pensamiento contemporáneo, así en este ámbito la imagen corporal adquiere valor casi absoluto gracias a que se ha preferido el lenguaje visual al oral, en este sentido la comunicación social influye directamente en las actitudes, comportamientos y conocimientos relacionados a la estética. Lo anterior sucede en un determinado contexto definido por un sistema económico específico, donde lo principal es hacer vender provocando lo que llama la autora una tiranía de la apariencia, donde la imposición de criterios permite que los sujetos sufran y se castiguen para ser aceptados.

Otra investigación es la nombrada “Influencia de los estereotipos en la percepción de la obesidad” (Jáuregui, et al, 2008) desde un enfoque psicológico y nutricional mediante una investigación cuantitativa presenta esta investigación como los estereotipos relacionados a la gordura producen un sesgo perceptivo en cuanto a la personalidad de las personas gordas, ya que son percibidas como pocos inteligentes, perezosos, de escaso valor, desmotivación, adjetivos negativos. Los y las autoras infieren que este análisis tiene que ser fundamental para un mayor acercamiento sin prejuicios a los pacientes para su tratamiento, aun así no presenta una crítica al sistema de salud actual ni a la biomedicina.

La siguiente investigación “Obesidad y autoestima” (Díaz & Díaz, 2008) desde un enfoque desde la enfermería y psicología, muestra una relación entre obesidad y baja de autoestima, así la obesidad es una enfermedad que afecta la vida social produciendo depresión y pérdida de autoestima e incluso que las personas obesas presentan un “impulso desenfrenado por consumir alimentos en cantidades excesivas” (Díaz & Díaz, p.9, 2008). El anterior análisis toma como punto de partida la obesidad como causante de los problemas y no ahonda hacia otros causantes u otros factores que inciden en la depresión o baja de autoestima, como por ejemplo la gordofobia o la experiencia de vida de cada persona, deduciendo que la persona es obesa solo

por el consumo excesivo de comida y falta de ejercicio haciendo una relación entre mujeres con alto IMC y pensamiento suicida.

Las autoras chilenas María-Alejandra Energici Sprovera y Elaine Acosta González (2020) en “El estudio de la obesidad y la gordura desde la Sociología y la Psicología Social”, en su reciente artículo presentan el estado de arte para comprender la obesidad y gordura desde esas dos disciplinas y las ciencias sociales en general.

Para las autoras no existen sistematizaciones en las ciencias sociales para analizar la obesidad y la gordura en cuanto a las diversas teorías y aproximaciones. Para ello toman la clasificación de la investigadora Deborah Lupton en *fat* (2013)¹³ quien “propone que existen dos perspectivas circulando en la literatura experta, popular y académica: la perspectiva anti-obesidad y las perspectivas críticas” (Energici & Acosta, 2020, p.5). Mediante esta clasificación divide las aproximaciones en dos tipos de psicociológicas: psicociologías de la obesidad y psicociologías de la gordura. La primera, psicociologías de la obesidad se refiere al grupo donde el diagnóstico biomédico es lo principal, poniendo énfasis que las personas con obesidad y sobrepeso tienen que ser sometidas a atención, prevención y tratamiento “Es decir, aquellas perspectivas desde las que se presupone la obesidad como una condición patológica (Energici & Acosta, 2020, p.5). Por lo tanto, en este subapartado encontramos a los estudios de discriminación hacia los obesos, pero también estos análisis ayudan a reproducir otras formas de inequidad. Como por ejemplo el estudio anteriormente presentado “Influencia de los estereotipos en la percepción de la obesidad” (Jáuregui, et al, 2008)

En segundo lugar, encontramos las psicociologías de la gordura, la principal diferencia entre uno y otro enfoque se debe a al posicionamiento frente a las ciencias biológicas o médicas. (Energici & Acosta, 2020). Por lo tanto, en este grupo encontramos las investigaciones y teorizaciones que acusan “a la contraparte biomédica de patologizar el cuerpo gordo, atribuyéndole una serie de características negativas. En general estas teorías han sido adjetivadas como críticas”. (Energici & Acosta, 2020, p.5). Si bien las autoras toman esta nomenclatura, infieren que este tipo de clasificaciones no se aplican a cabalmente a la realidad,

¹³ (Lupton, 2013 citado en Energici, Acosta, 2020, p. 3)

ya que la obesidad y la gordura no han sido tematizadas. (Energici & Acosta, 2020). Aun así, la utilizan para poner énfasis en la diferencia de aproximaciones. Es en este sentido agregan a la sistematización teórica cuatro categorías, agrupadas en dos perspectivas que serán analizadas. En la primera psicociencias de la obesidad, encontramos a las teorías de estigmatización, discriminación de la obesidad y también la sociología de las desigualdades en salud. En el segundo grupo de psicociencias de la gordura, aparecen las construcciones sociales de la obesidad y los *fat studies* además de los estudios biopolíticos de la obesidad. (Energici, Acosta, 2020).

2.2.3 Teorías de estigmatización y discriminación de la obesidad.

En María-Alejandra Energici (2018)¹⁴ nos muestra que existe una gran literatura que demuestra que las personas gordas son discriminadas en lo cotidiano desde el trabajo, ámbito escolar y universitario, pero también desde lo espacial, como en el transporte público hasta lo personal reflejado en las posibilidades de emparejarse.

La relación entre estigma y cuidado médico ha documentado que la discriminación por el peso aumenta la evitación de consulta, cuidado médico y del ejercicio físico (Energici & Acosta, 2020). En Sobal (2015)¹⁵ plantea que la relación entre estigma y cuidado médico

Se complejiza al considerarse que la discriminación hacia la obesidad también se aprecia en el personal de cuidado médico, muestran que el personal de salud presenta actitudes y estereotipos negativos hacia las personas obesas, lo que impacta en la calidad del servicio ofrecido. Este rechazo se registra desde que los médicos se encuentran cursando su educación universitaria (Energici & Acosta, 2020, p.6)

Es así que la vinculación entre obesidad, discriminación y tratamientos no es casual, si bien nos revela que la estigmatización y discriminación hacia los cuerpos gordos, estos tipos de análisis omiten el contexto en que los juicios, las actitudes o la estigmatización poniendo énfasis excesivo en el individuo y su racionalidad omitiendo variables de orden más social (Energici & Acosta, 2020).

¹⁴ (Energici, 2018 citado en Energici, Acosta, 2020, p.6)

¹⁵ (Sobal, 2015 citado en Energici, Acosta, 2020, p. 6)

2.2.4 Sociología de las desigualdades en salud.

Este enfoque de análisis ya no se enfoca solo en el individuo, más bien estudia la obesidad y el sobrepeso

(...) como una forma de reproducción de desigualdad social que suma, acopla o reproduce formas anteriores como la exclusión por género, nivel socioeconómico, situación educacional y/o urbanización (Aitsi-Selmi, Bell, Shipley y Marmot, 2014; Darmon y Drewnowski, 2008; Drewnowski, 2004; Drewnowski y Darmon, 2005; García Arnaiz, 2008; Giacomani, 2010; Lee, Andrew, Gebremariam, Lumeng, y Lee, 2014; Sobal, 2011 citado en Energici & Acosta, 2020, p.7)

Lo principal en este tipo de investigaciones es que la obesidad y sobrepeso cambian dependiendo de la sociedad, ya que esta, varía dependiendo de las condiciones de salud y estilo de vida, que a su vez se vinculan estrechamente a las circunstancias socioeconómicas y a las desigualdades sociales (Energici & Acosta, 2020). En Dumas, Robitaille y Jette (2013)¹⁶ nos presenta un ejemplo: “los grupos socioeconómicamente desaventajados experimentan un sentido de urgencia constante por responder a necesidades inmediatas como alimentación, vivienda o empleo. Ello se traduce a una orientación hacia el tiempo actual y la exhibición de menos actitudes preventivas” (Energici & Acosta, 2020, p.8) por lo tanto, lo anterior se refleja en la imposibilidad de invertir en una salud futura. Otro ejemplo que presentan en el estudio de Alex Dumas, Jeanne Robitaille y Shannon Jette (2013) “subraya la importancia que el género juega en el *habitus* de clase. Un ejemplo notable es el modo en que la crianza y el cuidado obligan a estas madres a preocuparse por su salud y control de peso (por el bien de sus hijos), o a restringirse de hacerlo (también por el bien de sus hijos)” (Energici & Acosta, 2020, p.8). Aun así, este tipo de estudios refuerza la idea de que la mujer es la única responsable de la salud del hijo.

En conclusión, este tipo de estudios muestran que la obesidad no es solo una opción individual, sino que está condicionada e intersectada por “una serie de asuntos heterogéneos que afectan la salud de una población” (Energici & Acosta, 2020, p. 9) ya sea discriminación de género, nivel socioeconómico, espacio, riqueza, oferta de alimentos, familia, por nombrar algunas.

¹⁶ (Dumas, Robitaille y Jette, 2013 citado en Energici, Acosta, 2020, p. 8)

2.2.5 La construcción social de la obesidad y los Fat Studies.

Esta categoría agrupada en el apartado de sociología de la gordura es una aproximación que se sitúa y pone en duda como se fabrican y recolectan las medidas de obesidad y sobrepeso, autores que están dentro de estos análisis como Helse, (2009); Jutel, (2009); McCullough y Hardin (2013)¹⁷ infieren que estas medidas deben ser “contextualizadas cultural e históricamente para evitar su reificación” (Energici & Acosta, 2020, p. 9).

De este modo es que los autores hablan del IMC, primero infieren que la creación de este tipo de medida creada por el estadístico belga Adolphe Quetelet en 1800 no se creó con el fin de denunciar la obesidad, para la autora Annemarie Jutel (2009)¹⁸

Las primeras tablas de peso y altura emergieron de los actuarios de seguros. El objetivo era identificar las muertes actuales y esperadas y, por extensión, el riesgo financiero de ciertos grupos. Las tablas de peso/altura diseñadas para la selección de seguros fueron asimiladas por la comunidad médica y no en ausencia de resistencias. (Energici & Acosta, 2020, p.9)

En la actualidad el uso del IMC está consensuado, como medida es utilizada ampliamente, ya que es poco invasiva, de bajo costo y fácil acceso (Energici & Acosta, 2020). Pero en el estudio realizado por Helse (2009)¹⁹ ha denunciado que su conveniencia se debe a que “despliega un lenguaje científico positivista que invoca un aura de verdad, confianza y transparencia (...). Estas tácticas representan el IMC como un hecho objetivo desprovisto de prejuicios personales o valoraciones subjetivas, y sitúa el discurso del IMC en el cuerpo de la ‘ciencia’” (Energici & Acosta, 2020, p.10)

Para los *Fat Studies* la tesis central es la cientifización de la gordura, por lo tanto, existe una medicalización de la diversidad humana al llamar obesa a la gente gorda, de esta forma, estos estudios buscan reivindicar los distintos tipos de cuerpo, en este caso el cuerpo gordo sin ser señalado patológicamente, no deseable y poco saludable. En Wann, (2009)²⁰ la autora dice que en “general las expresiones sobrepeso u obesidad son consideradas como neutras, no obstante,

¹⁷ (Helse, 2009; Jutel, 2009; McCullough y Hardin, 2013 citado en Energici, Acosta, 2020 p.9)

¹⁸ (Jutel, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.9)

¹⁹ (Helse, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.10)

²⁰ (Wann, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.10)

dicha neutralidad es sólo aparente, la gordura operaría como un significante flotante que se adjunta a individuos, basado en relaciones de poder y no en medidas físicas” (Energici & Acosta, 2020, p.10)

Otro punto que las autoras denuncian sobre el Índice de Masa Corporal, este no incluye en su medida las diferencias de contextura física, grasa, músculo o masa ósea por lo tanto es una medida arbitraria, ya que tampoco toma medidas raciales, por ejemplo en Helse (2009) “cuando la OMS estableció la norma de peso de acuerdo al IMC, los países asiáticos protestaron solicitando un rango de peso normal menor porque la población asiática tiene una complexión más pequeña” (Energici & Acosta, 2020, p.10). En este sentido el IMC no considera algunas diferencias culturales respecto al peso y tamaño del cuerpo.

Como campo de estudio, los *Fat Studies* se caracteriza por ser un campo crítico, Rothblum, (2011)²¹ infiere que estos “examinan críticamente las actitudes sociales sobre el peso corporal y la apariencia, y que aboga por la igualdad para todas las personas en relación al tamaño de su cuerpo. Los estudios sobre la gordura [fat studies] buscan eliminar las asociaciones negativas que la sociedad ha creado sobre la gordura y el cuerpo gordo.” (Energici & Acosta, 2020, p.11) Lo anterior crea afinidad hacia las teorías feministas y *queer* ya que la violencia contra los cuerpos diferentes se ve incrementada e interseccionada por condiciones de género, etnicidad o raza, clase socioeconómica y orientación sexual, por lo mismo se ha abogado para incluir el peso y la apariencia como una dimensión que aumenta la discriminación y violencia (Energici, 2020).

Por ejemplo, al discriminar a una persona por su peso se oculta que se le está excluyendo por su raza, género o clase socioeconómica. Esto, considerando que los cuerpos grandes no se distribuyen homogéneamente como mostramos en el apartado anterior. Particularmente, desde los estudios de género, se reclama prestar mayor atención al modo en que el peso y la apariencia se constituyen como facilitadores de la violencia física y sexual hacia las mujeres (Energici et al., 2016; Fikkan y Rothblum, 2012; Fraser, 2009; Rothblum, 2011; Solovay y Rothblum, 2009; Wann, 2009; Wright, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.11).

²¹ (Rothblum, 2011 citado en Energici, Acosta, 2020, p.11)

2.2.6 Biopolítica de la gordura.

Los estudios biopolíticos proponen que la patologización del cuerpo grande es un problema más allá de la normalización, es una instalación de orden moral revestido de cientificidad (Energici & Acosta, 2020)

La biopolítica en términos generales para el filósofo Michael Foucault (2004/2007)²² es “un poder que se ejerce sobre la vida, administrándola, regulándola y controlándola” (Energici & Acosta, 2020, p.12). En este sentido el biopoder tendría dos aristas o polos: en primer lugar, para Energici (2016) y Harwood (2019)²³ el biopoder se focaliza en la individualización y en segundo lugar es un poder regulador concentrado en la masificación, cuyo foco es la población. (Energici & Acosta, 2020). Dentro de esta misma línea, se acuña el giro biotecnológico donde existe una nueva forma de interceptar los cuerpos, así se transforma en “un material informado e intercambiable, que puede ser corregido y reprogramado las veces que sea necesario” (Costa, 2008, p.6). Mediante el desarrollo de cirugías y biotecnologías dejando un cuerpo operable o manipulable. En torno al imperativo de la salud, todo ciudadano tiene que ser vigilado y cuidado en su salud, si no lo logra es culpabilizado y castigado, en consecuencia “el cuerpo se vuelve el espacio donde operan los poderes médico-estatales de normalización y sobre todo, gestión privada de la enfermedad, entendida como un mal potencial y endémico” (Costa, 2008, p.8). Por lo tanto los individuos deben ser gestores de su salud con el objetivo en la impronta de la salud perfecta y vida eterna.

Jan Wright y Valerie Harwood (2009)²⁴ en su libro *Biopolitics and the 'Obesity Epidemic'. Governing bodies (Biopolíticas y la 'Epidemia de la Obesidad'. Gobernando los cuerpos)*. El objetivo es analizar que la llamada “epidemia de la obesidad” este presenta un discurso poderoso y persuasivo para pensar sobre la salud y el cuerpo (Energici & Acosta, 2020) “El punto de partida de esta antología es que la ‘epidemia de la obesidad’ y sus prácticas asociadas dependen

²² (Foucault, 2004/2007 citado en Energici, Acosta, 2020, p.12)

²³ (Energici 2016; Harwood, 2019 citado en Energici, Acosta, 2020, p.12)

²⁴ (Wright, Harwood, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.12)

de una variedad de pedagogías que afectan la vida contemporánea, tanto a nivel individual como poblacional” (Energici & Acosta, 2020, p.12)

Al hablar de pedagogías las autoras se refieren al término biopedagogías, estas existen con el fin de regularizar y normalizar las prácticas de los sujetos, no en un otro que te vigile si no en una auto-vigilancia, auto-monitoreo gracias al aumento del conocimiento sobre la obesidad y los riesgos que ella implica. “En los contextos contemporáneos las biopedagogías se traducen en instrucciones sobre la bios: cómo vivir, cómo comer, cuánto comer, cómo moverse, cuánto moverse” (Energici & Acosta, 2020, p.12).

Estas biopedagógicas tienen una función clara que es la de impartir conocimiento con el fin de dar forma a identidades y deseos de la vida. Estas prácticas son subjetivantes en tanto que “a los individuos se les ofrece un número de formas de entenderse a sí mismos, de cambiarse y de tomar acciones para cambiar a otros y su entorno” (Energici & Acosta, 2020, p.12).

En consecuencia, a lo anterior la norma del peso saludable se instala como una ley que los individuos deben conocer y reconocer. Es una norma en relación con sí misma:

Se culpa, se felicita, se considera sano o enfermo, planifica sus actividades y realiza dietas o ejercicios, por nombrar algunas formas de relacionarse consigo (Halse, 2009). En definitiva, las ideas o discursos asociados con la epidemia de la obesidad trabajan para gobernar cuerpos y para proveer significados sociales a través de los cuales los individuos se conocen a sí mismos y a otros. (Energici & Acosta, 2020, p.12).

En relación al IMC, los estudios biopolíticos infieren que este tipo de medidas presentan un carácter altamente normativo y moralista, que descansa en dicotomías que invocan los atributos morales desde lo opuesto a lo natural, lógico y justo: “en sociedades donde la delgadez es idealizada y deseada, un IMC bajo es asociado con auto-disciplina y control, mientras que un IMC alto (sobrepeso y obesidad) es el Otro de la dicotomía: la manifestación física de la auto-indulgencia, de la falta de auto-disciplina y de fortaleza moral” (Energici & Acosta, 2020, p.13). Estas perspectivas críticas, la construcción social de la obesidad y los *Fat Studies* más los estudios biopolíticos de la gordura, presentan diferencias ya que los primeros se enfocan en ser movimientos de autoaceptación, para Solovay y Rothblum (2009)²⁵ estos luchan contra la

²⁵ (Solovay, Rothblum, 2009, citado en Energici, Acosta, 2020, p.13)

discriminación, donde hasta las dietas son denunciadas como formas de genocidio (Energici, Acosta, 2020) Los estudios biopolíticos si bien asumen que existe una científicación de la obesidad, lo ven como una acción moralista disfrazada de ciencia, “Este último grupo de autoras trabaja desde una perspectiva postmoderna, donde la crítica tiene un sentido en sí misma sin el horizonte normativo de la aceptación.” (Energici, Acosta, 2020, p.13)

Es así que esta revisión del estado de arte nos permite ver un panorama general sobre la problematización de la gordura y obesidad en las ciencias sociales, cabe destacar que no existe traducción a la palabra *fat* por lo mismo la traducción ocupada es gordura, el primer grupo llamado Psicosociológicas de la obesidad, encontramos investigaciones que no cuestionan la obesidad si no que solo estudian los efectos psicosociales ya sea discriminación y estigmatización. El segundo grupo nominado psicosociológicas de la gordura, destruye la noción de obesidad, demostrando que está situado histórica y políticamente “en una lógica similar hemos caracterizado el análisis biopolítico de la obesidad desde el que se acusa una científización de una prescripción moral del cuidado del cuerpo. A diferencia del primer grupo, estas teorías desconfían de un uso político de la noción de obesidad.” (Energici & Acosta, 2020, p.14)

2.3 Problemática

Estos últimos meses vertiginosos a nivel mundial, de región, país, sociedad e individualidad nos ha chocado en la cara nuestro modo de vida, el cuerpo encerrado trae la frontera hacia la puerta de la casa, en contraposición al mundo globalizado que nos tenía acostumbrado a que nuestro cuerpo no tenía frontera de movimiento, considerando eso sí que solo si tenías los medios te podías mover por todo el planeta. Hoy en circunstancia de pandemia vemos la realidad de los otros a través de las redes sociales, a través de ella expresamos lo que queremos que los otros vean y vemos lo que deseamos.

En este contexto de cuarentena donde tienes que estar dentro de tu casa han surgido discursos de disciplina, reportajes en todos los medios de cómo mantenerse productivo, ya sea haciendo cursos, manualidades, cocinando o haciendo ejercicio. Como por ejemplo el reportaje del diario

digital, El Confidencial “¿Atracas la nevera durante la cuarentena? Sigue estos trucos para perder peso” en el infieren que “el estrés, la ansiedad o el aburrimiento nos hacen comer más de lo que deberíamos, lo que revierte en ganar unos kilos de más” (El Confidencial, 2020) Entre todo ese menjunje vemos y compartimos memes²⁶ sobre cómo concluirá el aislamiento social, todos más gordos, que no vamos a caber por la puerta. “Si no haces lo que los demás muestran fracasaste y no eres disciplinado”, esta frase ha razonado entre quienes la apoyan o la critican. Vemos que el disciplinamiento de nuestros cuerpos recae de un entramado social cultural y material, el cuerpo disciplinado cumple con la función que espera la sociedad, ya que actualmente “el cuerpo es un símbolo de estatus, juventud, salud, energía y movilidad” (Esteban, 2004, p.68). En cambio, los cuerpos indisciplinados son, por ejemplo, los cuerpos gordos, aquellos que no tienen voluntad, que son flojos, perdedores y enfermos. “Los estereotipos relacionados a la gordura producen un sesgo perceptivo en cuanto a la personalidad de las personas gordas, ya que son percividas como pocos inteligentes, perezosos, de escaso valor, desmotivacion, adjetivos negativos” (Jáuregui, et al, 2008) Lo anterior es socializado por los medios de comunicación, redes sociales u otros medios, produciendo una carga negativa que configura al sujeto en fusión con su cuerpo, no le temes a ser gordo, temes ser los adjetivos nombrados anteriormente. (Contrera & Cuello, 2016)

Estos cuerpos sin patrones chocan con la realidad de la imagen que ha formado toda una industria de marketing a través de la publicidad y la dieta, sobre cómo debemos ser para cumplir el estándar, un estatus social que la delgadez otorga. Más aún en mujeres, donde la exigencia de cumplir con los cánones e idealizaciones normativas son mayores y exigentes, el hecho de que la industria de la dieta vaya especialmente dirigida a mujeres no es menor. (Contrera & Cuello, 2016)

La materialidad y subjetividad configuran la vida del sujeto, aquello que lo configura y cómo se configuran lxs cuerpxs diversxs ha sido invisibilizadx en todo sentido de la vida, desde lo cotidiano, político, social, sexual hasta en las temáticas de estudios de las ciencias sociales (Contreras & Cuello, 2016). Por lo tanto, esta invisibilizacion y estigma a través de un discurso

²⁶ Meme: 2. m. Imagen, video o texto, por lo general distorsionado con fines caricaturescos, que se difunde principalmente a través de internet. (Rae, <https://dle.rae.es/meme>)

constituyen una problemática social en sí misma, una discriminación sistematizada. Dentro de todo esto, vemos como surgen discursos de autoaceptación y amor propio, pero como infieren activistas y autores argentinos como Laura Contreras y Nicolas Cuello, (2016) aquel discurso no se encarga de cuestionar la estructura que origina estas clasificaciones de los cuerpos. Esta discriminación hacia la diversidad de cuerpos es, sin duda, una problemática.

Es por lo mismo que esta problematización me anima a realizar una pregunta de investigación, que ayuda a visibilizar y comprender las consecuencias en la vida de mujeres que sus cuerpos no responden a un determinado patrón, que vivimos y sentimos la gordofobia como una forma de discriminación.

2.4 Pregunta de investigación

¿Cómo incide en la actualidad las idealizaciones normativas sobre el cuerpo en la construcción de las emociones en cuerpos gordos/diversos específicamente en mujeres, en Santiago de Chile?

2.5 Objetivo general

- Analizar la incidencia que tienen en la actualidad, las idealizaciones normativas sobre el cuerpo en la construcción de las emociones en cuerpos gordos, específicamente en mujeres, en Chile.

2.6 Objetivos específicos

- Identificar cómo se construyen las emociones de acuerdo a las idealizaciones normativas en mujeres con cuerpos gordos.
- Descubrir y describir cuáles son las emociones respecto a las idealizaciones normativas en mujeres con cuerpos gordos.
- Analizar cómo influyen las idealizaciones normativas en la construcción de la autopercepción y de las emociones en mujeres con cuerpos gordos.

Capítulo III: Marco Metodológico

3.1 Estrategia Metodológica

Para esta investigación, con el fin de cumplir con los objetivos planteados, la estrategia metodológica considerada será desde un enfoque cualitativo. Este enfoque busca “describir, comprender e interpretar los fenómenos, a través de las percepciones y significados producidos por las experiencias de los participantes” (Sampieri, 2014, p.11). En consecuencia, la elección de esta estrategia no pretende cuantificar ni comprobar o predecir fenómenos.

En concordancia con la estrategia metodológica cualitativa, el tipo de estudio a utilizar es el descriptivo, ya que por lo visto en la revisión bibliográfica es un tema poco investigado desde una perspectiva antropológica en este territorio, por lo tanto, se busca especificar las características del fenómeno de análisis, en este caso mujeres grandes, gordas o como cada una se enuncie. Dentro de las características de este tipo de estudio es “la capacidad para seleccionar las características fundamentales del objeto de estudio y su descripción detallada de las partes, categorías o clases de ese objeto” (Bernal, 2010, p. 113). Por consiguiente, para cumplir los objetivos de la investigación precisa mostrar con pertinencia las dimensiones y ángulos del fenómeno.

Dentro del contexto de pandemia causada por el Covid-19, donde se enmarca temporalmente esta investigación, resulta difícil emplear el método etnográfico y las propiedades que proporciona, pero, aun así, resulta totalmente aplicable el método biográfico. Este permite “delinear un territorio bien reconocible, una cartografía de la trayectoria individual siempre en búsqueda de sus acentos colectivos” (Arfuch, 2007, p.17). Dentro de las cualidades de este método se reconoce que la experiencia de vida de una persona siempre remite a una colectividad, por lo tanto, como insinué anteriormente no se busca cuantificar, si no buscar la cualidad que proporciona este método y estrategia metodológica.

Pujadas (2000), distingue las biografías como un “genero historico-literario especifico en que un investigador reconstruye una trayectoria individual sobre la base documentación. (p.136). Esta documentación puede ser por fuentes orales o escritas. El enfoque biográfico tiene la

particularidad de comprender que la relación entre individuo y sociedad no son opuestas, más bien, el objetivo de este enfoque es “descubrir la relación entre las condiciones concretas de existencia y la vivencia. El relato de la vida continúa siendo una historia singular, es siempre una historia única pero esta historia individualiza la historia social colectiva de un grupo o una clase” (Cornejo, 2006, p.103). En consecuencia, para esta investigación y su problemática, se comprende que los relatos subjetivos e individuales remiten a una problemática social mayor en un determinado contexto histórico. Por lo anterior que este enfoque se adecua a los planteamientos de la investigación. Es así que, en términos individuales para el enfoque biográfico el individuo es concebido como el producto, el actor y el productor de toda experiencia. (Cornejo, 2006)

Además del método biográfico, se realiza una autobiografía, ya que, como persona gorda encuentro importante incluir mi relato, ya que otorga otra sensibilidad a la investigación el autor escribe de manera selectiva acerca de sus experiencias pasadas. “Por lo general, el autor no atraviesa estas experiencias solamente para hacerlas parte de una publicación, sino que, más bien, las configura a través de una mirada retrospectiva” (Ellis, Adams & Bochner, 2015, p.252). Para estos autores el investigador escribe sobre los acontecimientos que resultaron ser transformadores en la vida de él, mostrando recuerdos y sentimientos que perduran con el tiempo constituyendo un espacio íntimo de revelación de lo que se consideran algunas epifanías.

3.2 Técnicas de producción de datos

En este proceso es fundamental para toda investigación, ya que mediante la recolección de datos es que se obtiene la información necesaria para la ir cumpliendo los objetivos. Como el sujeto de estudio es el individuo lo que interesa son las expresiones que se manifiestan, ya sea percepciones, emociones, pensamientos, creencias, imágenes mentales y vivencias (Sampieri, 2014)

Para este tipo de investigación desde un método biográfico las técnicas a utilizar serán la historia de vida mediante entrevistas. La historia de vida se refiere a una técnica ubicada en el método

biográfico, “cuyo objeto principal es el análisis y transcripción que el investigador realiza a raíz de los relatos de una persona sobre su vida o momentos concretos de la misma” (Cotán, 2012, p.2).

El tipo de entrevista a utilizar serán en profundidad abiertas (no directivas) donde “la labor del entrevistador consiste básicamente en estimular al informante para que siga el hilo de su narración, procurando no interrumpirle y manteniendo la atención para orientarle en los momentos de lapsus de memoria” (Pujadas, 2000, p.139). Estas entrevistas serán grabadas mediante una grabadora para luego ser transcritas. Además, para la sistematización de los datos obtenidos Pujadas (2000) propone que es importante crear y ordenar los archivos por criterios de orden literal, temático y por personas.

También se utilizará la observación ya que mediante ella se pone énfasis en el lenguaje no verbal así recopilarán datos no siempre de orden literal si no que mediante dinámicas surgidas en la entrevista.

3.3 Plan de análisis

El tipo de análisis utilizado es el “análisis de contenido” este es un “conjunto de técnicas de análisis de las comunicaciones tendentes a obtener indicadores (cuantitativos o no) por procedimientos sistemáticos y objetivos de descripción del contenido de los mensajes permitiendo la inferencia de conocimientos relativos a las condiciones de producción/recepción (contexto social) de estos mensajes” (Andréu, 2000, p.3). Es decir, permite realizar una interpretación de los análisis de datos correspondientes a las narraciones de los participantes ya sea expresiones verbales, no verbales, grabaciones, documentos y cartas que surjan como respuesta en las entrevistas. Además, el análisis de contenido es un procedimiento sistemático ya que se analizarán todas las unidades que se encontrarán. Otro punto es lo trascendental del contexto, ya que no se puede analizar un fenómeno sin su determinado contexto en que sucede la problemática. “el objetivo es efectuar deducciones lógicas justificadas concernientes a la fuente -el emisor y su contexto- o eventualmente a sus efectos” (Andreu, 2000, pp.3-4). En síntesis, el contexto es, como afecta y que implicancias tiene ser mujer, gorda en Chile en la actualidad.

Para el análisis de contenido se utilizó Atlas.ti esta herramienta facilitó, la generación de categorías agrupadas por códigos, así, la construcción de los apartados se hizo en relación con lo que arrojó el programa, como por ejemplo ideales normativos, cuerpo, emociones y discriminación, son los códigos donde más se agrupan citas.

3.4 Muestra

Para la elección de la muestra los testimonios que se buscan se tienen que adaptar a los objetivos de la investigación, esto quiere decir que debe ser representativo al grupo social estudiado. Desde un enfoque cualitativo la muestra debe involucrar “a unos cuantos casos porque no se pretende necesariamente generalizar los resultados del estudio, sino analizarlos intensivamente. Casos individuales, representativos no desde el punto de vista estadístico, sino por sus cualidades” (Sampieri, 2014, p.12) Las personas entrevistadas son Marcela Cerda de 38 años, actriz y trabajadora social y Valentina Godoy de 24 años.

Capítulo IV: Marco Conceptual

El enfoque de esta tesis se dará a continuación con los siguientes conceptos que permitirán dar respuesta a la problemática anteriormente presentada, en este caso, como afectan los ideales normativos en la construcción de las emociones en mujeres con cuerpo diverso/gordo. Para ello es que la conceptualización tiene tres ejes, el primero agrupado en enfoque de género, cuerpo y disciplinamiento y teoría crítica al saber biomédico, el segundo eje, se define por la caracterización de los ideales normativos y el tercer eje, es la concepción de emoción desde la antropología.

4.1 Cuerpo

Para comenzar a conceptualizar el cuerpo, utilizaré la definición que plantea la española y doctora en antropología, María Luz Esteban, en su libro “*Antropología del cuerpo*” (2004). En él la autora infiere que el cuerpo es el lugar de la vivencia, el deseo, la reflexión, el cambio social, contestación donde cada uno de ellos sucede en diferentes encrucijadas económicas, políticas, sexuales, estéticas e intelectuales (Esteban, 2004). En este sentido para hacer un análisis de lo corporal adopta el concepto de *itinerario*, es así como “los itinerarios corporales son procesos vitales individuales, pero que remiten siempre a un colectivo, que ocurren dentro de estructuras sociales concretas y en los que damos toda centralidad a las acciones de los sujetos entendidas como prácticas corporales” (Esteban, 2004, p.54).

Para la autora entonces las prácticas corporales suceden a nivel individual, pero no quiere decir que se aleje de lo colectivo, sino que la práctica individual es a la vez colectiva. Estas prácticas no suceden en el aire ni mucho menos, ocurren dentro de estructuras sociales concretas por lo que no son estáticas ni inmutables. Por lo anterior, no se pueden comprender las prácticas corporales sin la estructura social, ya que es en ella donde sucede la centralidad de las acciones de los sujetos y esto nos permite ver que existen diversidades de vivencias y contextos. En consecuencia, “a través de las prácticas corporales se conforman las vidas individuales, pero sobre todo un mundo social” (Esteban, 2004, p.62).

La autora se refiere a dos itinerarios. El primero, de *identidad* corporal, remite concretamente al género ya que la identidad de género es resultado de un “proceso de construcción de la subjetividad desde lo discursivo y social” (Esteban, 2004, p.55). Isabel Martínez Benlloch²⁷ define la identidad como “la síntesis particular de prescripciones sociales, discursos y representaciones sobre el sujeto que producen y son puestas en acción en cada contexto particular” (Esteban, 2004, p.56). Por consiguiente, la identidad permite la acción de los sujetos en un determinado contexto. Para Butler²⁸ el yo es el cuerpo, ya que es en él donde se encarnan las diferentes posibilidades históricas, por lo tanto, las prescripciones sociales, discursos y

²⁷ Martínez (2001) citado en Esteban, María Luz 2004, p.55.

²⁸ Butler citado en Esteban, María Luz 2004, p.60)

representaciones sobre el sujeto ocurren siempre dentro de estas posibilidades, así “el cuerpo es una materialidad organizada intencionalmente, una encarnación de posibilidades que están condicionadas y circunscritas por una convención histórica” (Esteban, 2004, p.60). En consecuencia, el cuerpo es una situación histórica en sí misma, a su vez permite hacer y dramatizar y reproducir situaciones históricas concretas. (Esteban, 2004).

El cuerpo generizado no es una estructura determinada, sino que es un “legado de actos que se van sedimentando...pero desde la idea de que mi silencio, mi rabia o mi percepción no son solo mías, sino que están delimitadas culturalmente” (Esteban, 2004, p.60). Un ejemplo es que para Butler ser mujer “es adaptar el cuerpo a una idea histórica concreta de lo que es ser mujer, así el cuerpo es inducido a convertirse en un signo cultural, y una misma se materializa de acuerdo con posibilidades históricamente determinadas”. (Esteban, 2004, p.60). En resumen, la actividad corporal y este itinerario en referencia a la identidad corporal se entiende como la subjetivación de posibilidades históricas determinadas.

El segundo concepto para el estudio de los itinerarios corporales es el de *empoderamiento* que es una traducción del inglés “empowerment”. Este término hace referencia a la dimensión de resistencia, transformación y cambio, (Esteban, 2004). Al hablar de estas dimensiones es necesario hablar sobre el poder, para Foucault citado en Sayavedra, (1997)²⁹ “el poder produce realidad; produce ámbitos objetivos y rituales de verdad. El individuo y el conocimiento que de él se pueden obtener corresponden a esta producción” (Esteban, 2004, p.62). Aun así, el poder no es solo dominio y sujeción, “más allá de la reacción de sometimiento, de resistencia pasiva, existe también la posibilidad de la deconstrucción del poder, a través del poder de afirmación. A esa posibilidad de construir poder positivo a nivel individual y social, se le ha llamado poder o empoderamiento”, (Esteban, 2004, p.62). A pesar de que el poder crea realidad y verdad, existe la posibilidad de desentramar el poder gracias a la afirmación, esto permite que exista la autotransformación y transformación social y política. El empoderamiento permite que la identidad corporal este en constante cambio.

²⁹ Sayavedra, 1997, citado en Esteban, Maria Luz, 2004, p.62.

El análisis planteado por la autora permite que los conceptos de identidad y empoderamiento corporal hagan más visible las reformulaciones de las identidades y prácticas de género, ya que el sujeto con su poder de agenciamiento permite la transformación gracias a la experiencia y la práctica, ya que toda práctica social es una experiencia corporal, así “el cuerpo como agente es al mismo tiempo un sujeto” (Esteban, 2004, p.63).

Connell (1995)³⁰ propone que las “prácticas corporales son interactivas y reflexivas en la medida que conllevan relaciones y simbolismo sociales” (Esteban, 2004, p.63). Acorde a lo anterior, para la transformación es necesaria una reflexión corporal, esta permite “guiar las acciones de hombres y mujeres permitiéndoles, en circunstancias y coyunturas concretas, reconducir sus itinerarios y resistir y contestar a las estructuras sociales, al margen de la intencionalidad, contribuyendo así a su propio empoderamiento” (Esteban, 2004, p.63).

Desde la perspectiva del antropólogo y sociólogo David Le Breton, el cuerpo es moldeado por el contexto cultural y social. Se sumerge el actor en un vector semántico y así, nos relacionamos con el mundo, demostrando que produce actividades perceptivas y en consecuencia como expresamos los sentimientos, los ritos interactivos, el gesto, las técnicas corporales, la seducción, el entrenamiento físico, nuestra relación y cómo percibimos el dolor y el sufrimiento (Breton, La sociología del cuerpo, 2002).

En síntesis, todo lo que realizamos lo hacemos mediante el cuerpo, en palabras de Le Breton “del cuerpo nacen y se propagan las significaciones que constituyen la base de la existencia individual y colectiva. Es el eje de la relación con el mundo, el lugar y el tiempo en que la existencia se hace carne a través de la mirada singular de un actor” (Le Breton, 2002, p.8). Aquí toman importancia los sistemas simbólicos ya que es a través de ellos, donde la especie humana se apropia de la vida, la humaniza, lo hace comprensible, adquiriendo sentido y valores, permitiendo que la experiencia sea trasmisible a los sujetos que compartan el mismo universo simbólico (Le Breton, 2002). Tanto así que se produce una correspondencia entre sujetos donde “la imagen del cuerpo es una imagen de uno nutrida con los materiales simbólicos que tienen

³⁰ Connell, 1995, citado en Esteban, Maria Luz, 2004, p.63.

existencia en otro lado y que cruzan al hombre en un tejido cerrado de correspondencia” (Le Breton, 2002, p.31). En consecuencia, es trascendental que para la existencia del cuerpo en otro se comparta el mismo universo simbólico provocando una traducción y correspondencia del imaginario social.

4.2 Corporalidad

Para comprender lo que significa la imagen corporal para el autor es necesario comenzar con una definición de lo que significa ideología, el propone “pensar la ideología como una dimensión de la cultura, con una existencia material practica” (Aguado, p.9, s.f.) que permite la reproducción del sentido ya que es a través de ella donde el sujeto acciona, esto es permitido gracias a un proceso en movimiento donde se recrea la realidad “a través del flujo entre significado y apropiación de la realidad, proceso que tiene dos caras: a la vez que se reconoce el entorno, nos reconocemos como parte de él o como distintos a él” (Aguado, p.6, s.f.). Siendo esta la importancia, infiere que la ideología es parte esencial, ya que constituye un proceso en el cual la identidad se desenvuelve en un grupo “al interactuar con el medio y transformarlo físicamente a través de un proceso de producción de significado que integra una relación inseparable entre sentido de realidad y sentido de sí mismo” (Aguado, p.6, s.f.). Por lo tanto, la ideología funciona como un puente entre lo material y la realidad, permitiendo la reproducción de la cultura debido a los procesos identitarios que surgen gracias a la ideología, por lo que gracias a ella los grupos humanos les dan un significado a sus acciones, a su pasado y futuro, (Aguado, s.f.) sin olvidar que este proceso siempre ocurre en un determinado contexto histórico, por lo tanto hay diversas formas de comprender la realidad en las culturas.

La ideología permite en el sujeto definirlo permitiendo su acción, entonces dependiendo del contexto cultural entendiéndolo a este como “un conjunto de referentes simbólicos que definen a un pueblo y que contienen (en el sentido de incluir y de acotar) las posibilidades de acción del mismo” (Aguado, p.9, s.f.). Dicha acción transcurre en un determinado momento (tiempo) y en un contexto específico (espacio).

Dentro de esta mirada la imagen corporal para el autor tiene un carácter estructurante, ya que, no solo se estructura por una función ejercida, sino por la función significada, en otras palabras “el esquema corporal es la capacidad genética de autorreconocimiento que permite al individuo

ubicarse en el espacio y moverse” (Aguado, p.17, s.f.), pero más allá de esto la imagen corporal se enriquece y es configurada gracias a la dimensión simbólica permitiendo hacer de este proceso un otorgador de sentido gracias a la cultura.

Desde esta perspectiva antropológica, es importante el proceso ritual, ya que es en él donde se delinea

“las evidencias sobre el cuerpo del sujeto que contienen un sentido cultural y que se “anclan” en el cuerpo a partir de la experiencia, por ello involucra la sensación, la percepción, su afectividad y su proceso cognitivo; es decir, su corporalidad. En esta concepción los procesos culturales son siempre inclusivos de los procesos físico-orgánico-biológicos y psicológicos. (Aguado, p.15, s.f)

Desde esta posición teórica, es fundamental comprender los procesos desde una mirada bio-psico-social, en este sentido, hablamos entonces de corporalidad donde se conjugan todos estos procesos. Para el análisis de esta investigación se debe poner atención a los determinados procesos humanos de las entrevistadas. Esta mirada de la imagen corporal, y corporalidad en su dimensión estructurante de la realidad, se transforma en un eje fundamental de análisis, cuestión que se verá reflejada en apartados posteriores donde se dará sustento empírico a lo anteriormente señalado.

4.3 Cuerpo y enfoque de género.

Para esta investigación el enfoque de género es trascendental, ya que este me permite comprender que el acto performativo que tiene la identidad de género acorde a las pautas sociales o guion hace que los cuerpos gordos, específicamente en mujeres en esta investigación, se entrelace a las pautas performáticas de cada identidad sexuada. La filósofa Judith Butler “propone que el carácter performativo del género implica la actuación repetitiva de rasgos, gestos y actitudes que dotan el cuerpo de una identidad sexuada” (Ramírez, 2017, p.3). Gestos, rasgos y actitudes que cada sujeto pone en escena dentro de un entramado social, cultural que proporciona guiones pautados socialmente pero que se pueden transformar y dar lugar a una variación de estilos corporales. (Ramírez, 2017).

Para la autora la materialidad sólo puede ser entendida según los procesos de significación, ya que ahí adquiere sentido social (Ramírez, 2017). Butler se refiere a que es a través del cuerpo

que el género y la sexualidad se exponen a otros, que se implican en procesos sociales, que son inscritos por las normas culturales y aprehendidos de sus significados sociales” (Butler, 2004, p.39). Esto permite que el cuerpo sea el mío propio, permitiendo que por él debamos reclamar derechos y autonomía. Lo anterior da pie a hablar sobre cuáles son los límites de lo humano “así lo humano se concibe de manera diferente de acorde a raza, la visibilidad de dicha raza; su morfología y la medida que se reconoce dicha morfología, su sexo y la verificación de dicho sexo, su etnicidad, y la categorización de dicha etnicidad” (Butler, 2004, p.14). En este sentido algunos humanos son reconocidos como menos humanos, este reconocimiento trae como consecuencias una vida menos viable. En este momento para la filósofa norteamericana, el reconocimiento en el que se produce lo humano es diferencial produciendo así una “sede del poder” ya que se le niega el reconocimiento. (Butler, 2004).

Para Paul Preciado, la materialidad del cuerpo sexuado se expresa en los modos en que la tecnología o las prótesis dotan de cualidades al cuerpo. Es una perspectiva distinta a la de Butler, ya que Preciado concibe el género como la integración nunca acabada de elementos humanos/no humanos en la constitución del cuerpo (Ramírez, 2017). Por lo tanto, el cuerpo es algo híbrido. Así presenta lo que llama el ciborg, “como cuerpo que conjuga lo orgánico con lo artificial, y que corresponde con lo que Preciado llama, régimen contemporáneo farmacopornográfico, que se caracteriza por la plasticidad del género, como algo no acabado a un nivel molecular-hormonal” (Ramírez, 2017, p.4).

Este régimen de poder como señala Butler, orienta las producciones del capitalismo contemporáneo hacia un estado de excitación permanente simbolizado por el pene erecto (Compagnoli, 2016). Así circulan constantemente flujos estimulantes, “ya sea drogas (legales o ilegales), medicamentos, alimentos y hormonas (naturales o sintéticas) que alientan a la excitación” (Compagnoli, 2016, p. 94). En este sentido el dispositivo de género, como lo llama Preciado, hace que los artificios se muestren en “función de producir la naturalidad, o dicho de otro modo bajo la exigencia de ser naturales” (Compagnoli, 2017, p.95).

Esta producción de naturalidad la podemos llevar hacia los cuerpos gordos en mujeres, ya que ellas, para llegar a la naturalidad normativa del cuerpo delgado y bello, consumen estos flujos

estimulantes, ya sea pastillas o drogas para alcanzar un cuerpo natural producido por la industria farmacológica.

Este devenir se caracteriza por la mezcla entre tecnología y naturaleza, la primera como “elemento que produce a la naturaleza o al cuerpo sexuado” (Ramírez, 2017, p.4). En este punto ya vemos la diferencia de los autores, ya que para Butler con su teoría performativa no da cuenta de los procesos de incorporación de tecnología en el cuerpo y se restringe solo a un área meramente lingüística” (Ramírez, 2017). Aunque estas dos teorías tengan diferencias, apunto a que pueden ser complementarias, ya que la tecnología tiene un papel en la producción del cuerpo que también corresponde a un efecto performativo de la sociedad contemporánea (Ramírez, 2017).

4.4 Cuerpos gordos y disciplinamiento.

En la actualidad el cuerpo se ha caracterizado por un culto total hacia él. Desde fines del siglo XX hasta hoy podemos hablar que “el cuerpo es un símbolo de status, juventud, salud, energía y movilidad, una vez que ha sido disciplinado por la dieta y los ejercicios convenientes” (Esteban, 2004, p.68). Se convierte en algo que hay que reivindicar en nuestras actividades cotidianas, por ejemplo, demostrar que cuidamos de él. En la sociedad occidental el cuerpo y sus actividades se han convertido en un foco de la vida humana, así surge un moldeamiento para adecuarlo a las exigencias normativas de la sociedad (Esteban, 2004). Tal como señala Michel Bernard (1985)³¹

El actor social está en posición de mirada delante de su propio cuerpo, en lo intangible del mundo, sólo su propio cuerpo le permite agarrarse a su propia existencia, la cultura se había construido gracias a la renuncia del cuerpo parece haberse transformado en una cultura del cuerpo, en una glorificación del cuerpo erótico (Esteban, 2004, p.68)

Este cambio ha ocurrido en los últimos dos siglos, pero específicamente adquiriendo un cambio trascendental desde la segunda mitad del siglo XX. Para María Luz Esteban (2004) esta

³¹ Bernard, 1985, p.158, citado en Esteban, Maria Luz, 2004, p.67.

especificidad implica que para alcanzar la perfección en la actualidad tiene un contradictorio doble juego, aumentar el consumo y potenciarlo, pero también fomentar el autocontrol y la disciplina, en palabras de la autora el “consumo y control que se ejercen específicamente en relación con cuatro grandes áreas, alimentación, ejercicio físico y deporte, cuidado estético y sexualidad” (Esteban, 2004, p.68).

Para este análisis es trascendental el autor francés Michael Foucault en su libro *Vigilar y castigar* (2002), lo que pretende es hacer un recorrido histórico desde otra perspectiva sobre la instauración de la modernidad, dando como resultado la creación de un sistema de dominación a través de la disciplina y su relación sobre el cuerpo y cómo éste es disciplinado a través de mecanismos como el espacio, el tiempo y distintas técnicas que se han presentado a través de los años, ejemplificando con distintos casos. Escuelas, hospitales y fábricas en particular, indagando cómo a través de la disciplina se fabrican cuerpos dóciles, sometidos y ejercitados.

Al ir más allá de estudiar la disciplina en función de una institución como la escuela, vemos como el cuerpo se ha ido transformando en un objeto altamente disciplinado a través del poder y la verdad, el deseo transversal a la delgadez representa disciplina como dominación. “A esos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de las fuerzas y les imponen una relación de docilidad-utilidad, es lo que se puede llamar las disciplinas” (Foucault, 2002, p.141).

Pero, primero que todo ¿qué es la verdad para el autor? Para él, existe una economía política de la verdad, actualmente esta verdad se concentra desde un discurso científico bajo el alero de instituciones específicas, como, por ejemplo, la OMS. Estas instituciones “están sometidas bajo una constante incitación económica y es objeto bajo formas diversas de una inmensa difusión y consumo; es producida y transmitida bajo el control no exclusivo, pero sí dominante de algunos aparatos políticos o económicos” (Sossa, 2011, p.562). Por lo tanto, la verdad es producida y sostenida por sistemas de poder, los efectos de esta verdad son inducidas y reproducidas formando un régimen de la verdad (Sossa, 2011). En el sentido de la verdad y como afecta al cuerpo podemos ver a la medicina tradicional, infiriendo que una persona gorda automáticamente es cuerpo enfermo. Para Foucault la verdad está en estrecha relación con las relaciones saber-poder (Sossa, 2011).

Para la implementación de la norma debe ocurrir un suceso de subjetivación de ella, anulando lo que escape de ella, por lo tanto, esta homogeneización del cuerpo responde al ejercicio de la disciplina. Este mecanismo estudiado por Foucault elabora sus principios fundamentales en el siglo XVIII, como se presenta en *Vigilar y castigar*: “Ha habido, en el curso de la edad clásica, todo un descubrimiento del cuerpo como objeto y blanco de poder. Podrían encontrarse fácilmente signos de esta gran atención dedicada entonces al cuerpo, al cuerpo que se manipula, al que se da forma, que se educa, que obedece, que responde, que se vuelve hábil o cuyas fuerzas se multiplican” (Foucault, 2002, p. 140).

Así, el cuerpo ha estado directamente inmerso en una estrategia de poder, en un campo político; “las relaciones de poder operan sobre él una presa inmediata; lo cercan, lo marcan, lo doman, lo someten a suplicio, lo fuerzan a unos trabajos, lo obligan a unas ceremonias, exigen de él unos signos” (Sossa, 2011, p.563). El buen resultado de estas implementaciones se hace posible gracias al proceso de disciplinamiento y normalización, estos aspectos están en nuestras vidas desde que nacemos en una determinada sociedad.

Por lo tanto, la disciplina fabrica individuos “es la técnica específica de un poder que se da a los individuos a la vez como objetos y como instrumentos de su ejercicio” (Foucault, 2002, p. 175). Es así, que por medio de la disciplina se enseña a las personas que sean útiles, gracias a esta imposición infiero que los cuerpos gordos no se sienten útiles para el sistema, ya que de diversas formas se les hace ver como cuerpos enfermos, lentos, lejos de la rapidez que se busca en una persona. Es así como “el cuerpo sólo se convierte en fuerza útil cuando es a la vez cuerpo productivo y cuerpo sometido” (Foucault, 2002, p.32). Es mediante el ejercicio de la disciplina donde se busca ejercer un control en la conducta en todos los sentidos, ya sea aptitudes o preferencias (Sossa, 2011).

Michael Foucault, por lo tanto, presenta dos concepciones trascendentales en su obra que son compatibles. La primera es el *anatomopoder*, el cual se refiere a las formas de educar y disciplinar el cuerpo individualizado, en consecuencia, los vuelve útiles y dóciles. La segunda es la *biopolítica*, en ella se refiere a que es la manera como se aplican formas políticas de administración en la vida y cuerpo de la población (Sossa, 2011). Una de ellas es la salud, “Estos dos conjuntos de técnicas conforman lo que Foucault denomina: biopoder. Aquí, ambos

conceptos operan medularmente para producir productividad, en el primer caso: en una persona, en el segundo: en toda la sociedad.” (Sossa, 2011, p.564). Estableciendo estrategias de normalización.

Foucault considera que el biopoder:

ha sido un elemento indispensable para el desarrollo del capitalismo. Ha servido para asegurar la inserción controlada de los cuerpos en el aparato productivo, y para ajustar los fenómenos de la población a los procesos económicos. De ahí la importancia creciente de la norma y, consiguientemente, de la normalidad. La norma es lo que puede aplicarse tanto a un cuerpo que se quiere disciplinar cuanto a una población que se quiere regularizar. (Sossa, 2011, p. 564)

Pero este proceso no ocurre del mismo modo en todos los sujetos ya que existen distintos factores como el sexo, género, edad, clase social, cultura, religión, entre otros que producen variables experiencias y diferencias de aprendizaje de la norma. (Esteban, 2004).

Aun así, el objetivo de cuerpo disciplinado es tan solo un ideal, como explicaré más adelante.

4.5 Cuerpos grandes. El gordx como sujeto de la disidencia

En la misma línea y en consideración de lo señalado anteriormente, podemos ver que los cuerpos gordos se encuadran dentro de un doble dispositivo normalizador:

por un lado, como expresión biopolítica que estandariza, patologiza, y finalmente estigmatiza las anomalías propias del peso corporal: por el otro, como expresión cultural que acompaña procesos de subjetivación contemporáneos, en los cuales la norma biomédica es internalizada como un límite patologizante de la diferencia. El lema médico institucional y el cultural -fat is unhealthy; fat is bad- se consolidan mutuamente. (Moreno, 2015, p.8)

Esta norma médica internalizada trae consigo toda una industria que crea elementos de consumo para adelgazar, produciendo una “circulación de capital por los cuerpos” (Moreno, 2015, p.7). Con productos dietéticos provocando una mercantilización simultánea de la dieta y la comida. La autora Julie Guthman, en *“El neoliberalismo y la constitución de los cuerpos contemporáneos”* (2009)³² donde sugiere que “el capitalismo neoliberal se resuelve y descargan las contradicciones económico-políticas en los cuerpos, generando a la vez una economía

³² Guthman, 2009, citado en Moreno, 2015, p.8

política de la bulimia y una cultura de la bulimia” (Moreno, 2015, p.8). En síntesis, el sistema precisa formar individuos que gasten dinero en mantenerse delgados.

En lo cotidiano, vemos una obsesión por la delgadez en la calle y en los medios abundan discursos donde quien no cuida su cuerpo se pierde en su propia falta de voluntad. Así, en la sociedad occidental “el sujeto consumidor vive a régimen, del mismo modo que vive en un estado de deuda permanente” (Contrera & Cuello, 2016, p.25). Por consiguiente, existe un imperativo de la vida saludable que obliga a cuidarse, mejorarse y ejercitarse para encajar. Pero esto obviamente tiene un fin, el cual es “demostrar una presencia digna de ser vista, elogiada y apreciada en términos del mercado” (Contrera & Cuello, 2016, p.25). Hoy entonces, el volumen corporal es visto y percibido como exceso ya sea de carne o grasa, pero además de falta, de cuidado o voluntad, en consecuencia, el exceso y falta son dicotomías que también se expresan en que el capitalismo neoliberal:

Es al mismo tiempo una fabulosa máquina de producción de exceso y falta que permite que el fantasma del hambre y el fantasma de la gordura, horrorizan a los sujetos contemporáneos de modos bastante diferentes e inclusive contradictorios y probablemente complementarios. (Contrera & Cuello, 2016, p.26)

Actualmente la gordura es considerada como una pandemia de alcance mundial, en ese punto se cruzan el imperativo de salud y también las técnicas de perfeccionamiento o cuidado del cuerpo, por ejemplo, el ejercicio, la dieta, tratamientos estéticos, cosméticos, quirúrgicos entre otras formas de modelación corporal (Contrera & Cuello, 2016). Pero también la gordura es un problema de clase y de pobreza “ya que se asocia al consumo excesivo de alimentos tanto como deficiente” (Contrera & Cuello, 2016, p.26). Con esto, los autores se refieren a qué alimentos tienen acceso las personas con menos recursos, en su mayoría alimentos fáciles y rápidos de cocinar, por lo tanto, un acceso desigual al alimento provoca que el gran índice de gordura esté vinculado a la pobreza (Contrera & Cuello, 2016).

Otro punto es que las personas con gordura son vistos como seres sin voluntad que eligen la mala calidad alimentaria y el sedentarismo así “la presencia o ausencia de grasa habilita el pase al equipo de los cuerpos patológicos/indeseables o normales/deseables” (Contrera & Cuello,

2016, p.26). En consecuencia, la gordura es una variable a ajustar (individual) y una variable de ajuste (social) ya que el cuerpo debe tener un imperativo de salud, apariencia y bienestar (Contrera & Cuello, 2016). Con lo expuesto anteriormente los autores afirman que los cuerpos gordos solo importan si están en proceso o camino hacia la normalidad (delgadez), ya que este proceso los lleva hacia una vida mejor, más plena y feliz, pero como siempre surgen cuerpos que no se adaptan a este imperativo de la normalidad, ya que es un modelo imposible gracias a que la “sociedad de control/seguridad la traza entre lo normal y lo patológico es tan voluble que, de alguna u otra manera todos somos cuerpos impropios” (Contrera & Cuello, 2016, p.29).

En la actualidad estamos insertos ante un régimen neoliberal de producción de cuerpos/subjetividades. A esta producción surgen cuerpos en resistencia, aunque no es igual al prejuicio y odio hacia los cuerpos inadecuados, ya sea queer, intersex, trans, racializados o gordos, pero existen similitudes. Para los autores Contreras y Cuello, lo anterior sucede porque:

Diversas técnicas de producción de cuerpos motivan diferentes modos de resistir a la opresión. Pero las disímiles definiciones convergen en un punto. Ya que cargar con una identidad “descalificada” -según la luminosa expresión Heather Love- entrelaza sobre todo a los anormales cuya inadecuación corporal resulta evidente e inocultable o muy poco asimilable. (Contrera & Cuello, 2016, p.29)

En consecuencia, el hecho de que no sean ocultable provoca un cuestionamiento a las nociones de salud, normalidad corporal y belleza, por consiguiente, al cuestionar el régimen actual “la diversidad puede devenir en una posición política, disputando cuerpo a cuerpo con el discurso hegemónico” (Contrera & Cuello, 2016, p.29). Cuando estos cuerpos diversos se transforman en una posición política ponen en evidencia todas las afirmaciones naturalizadas, como por ejemplo que el peso o la talla de una persona dicen poco de sus hábitos alimentarios, de su estado de salud o modo de vida (Contrera & Cuello, 2016). En palabras de la activista Marilyn Wann³³ “la única cosa que puede diagnosticar con algo de certeza al mirar a una persona gorda es su propio nivel de estereotipos y prejuicio en contra de la gente gorda” (Contrera & Cuello, 2016, p.30).

³³ Wann, 2009, citado en Contreras & Cuello, 2016, p.30.

4.6 Idealizaciones normativas

Antes que todo, ¿qué es un ideal social? Desde la perspectiva de Kathya Araujo las significaciones y funciones del ideal son múltiples, puede ser un factor de cohesión, integración, malestar o anomia (Araujo, 2009a). Por lo mismo habla que los ideales sociales “tramitan horizontes de dignificación, reconocimiento, pertenencia, y al hacerlo, se ofrecen como sostenes de la condición misma de sujeto” (Araujo, 2009a, p.253). La autora devela la importancia de los ideales sociales en la configuración del sujeto, pero deja en claro que no son unidades coherentes, articuladas y cerradas, más bien son contradictorios, fragmentados y diversos entre sí, aparecen y se ofertan al sujeto, es el sujeto quien decide con cual se identifica, con qué discursos y representaciones sociales (Araujo, 2009a).

En este sentido, “el yo se constituye a partir de atributos que toma vía identificación imaginaria con la imagen que se presenta lo que aspiraría a ser -yo ideal-” (Araujo, 2009a, p.254). Por lo tanto, para que exista un ideal del yo, primero debe existir una identificación ante la imagen del ideal, esto aporta al perfilamiento del sujeto. Gracias a esta identificación es que el sujeto realiza sus acciones, debido a las significaciones que le da, pero como anteriormente la autora hablaba que el ideal social se contradice, “la inscripción del ideal no garantiza que los individuos se conduzcan o escriban sus actos en el marco señalado por este, hay una brecha entre el ideal y lo procedimental” (Araujo, 2009a, p.254). Por lo mismo, la autora propone que la acción del ideal siempre estará cruzada por lo que la experiencia social aporte, ya que el sujeto no solo actúa por el ideal, por lo que las experiencias sociales son “lo que ellas entregan como insumo para la orientación y acción del mundo social. Son las experiencias sociales las que aportan a la comprensión de la distancia entre el deber ser y el ser” (Araujo, 2009a, p.255).

Cuando se habla de experiencia se refiere al acontecimiento, pero no tan solo se remite a eso, más bien es una elaboración subjetiva dirigida por lo social (Araujo, 2009a). Las relaciones entre sujetos no son solo efecto de una experiencia, sino que de múltiples y variadas, “son determinaciones estructurales, las circunstancias sociales e individuales y los resquicios sociales (recursos, oportunidades)” (Araujo, 2009a, p.256). Ello permite definir el tipo de experiencia que es más frecuente o significativa para cada individuo.

Explicado lo anterior, la relación que tienen las normas con cada sujeto está vinculada e impregnada con lo que aporta la experiencia social así “el saber-hacer nunca se encuentra desvinculado de la dimensión del “deber ser” o “querer ser”” (Araujo, 2009a, p.257). La relación que tienen los individuos es definida por la combinación entre las experiencias sociales con la dimensión ideal, gracias a esta articulación vemos el resultado de particulares configuraciones del sujeto, por otro lado, las configuraciones sociales no son solo normativas ya que no solo se constituyen por una dimensión ideal (Araujo, 2009a). Más bien, están en permanente elaboración. Esto se explica, gracias a que “como individuo siempre estoy obligado por las experiencias sociales a producir y reproducir el trabajo de mi configuración como sujeto” (Araujo, 2009b, p.422).

En conclusión, los ideales y las normas de una sociedad son inestables ya que “estarán siempre a merced de los impactos y requerimientos que emergen de la experiencia social” (Araujo, 2009, p. 159). En tanto, la autora infiere que en el estudio de los ideales normativos si o si hay que enfrentar bajo qué medida y modalidad “ellos han encontrado o no un camino de inscripción individual” (Araujo, 2009b, p.423). En este sentido este concepto permite comprender que el impacto que tengan los ideales en las personas de cuerpo grande, son múltiples, ya que dependen de la experiencia social de cada sujeto.

4.7 Las emociones.

El último concepto es el de las emociones. Conceptualizar sobre esto permite comprender las vivencias y marcas que ha dejado la experiencia social en cuanto a las emociones en las personas de cuerpos grandes.

Para comenzar es necesario distinguir entre emoción y sentimiento, para el antropólogo David Le Breton³⁴:

El sentimiento es una tonalidad afectiva hacia un objeto, marcada por la duración

³⁴ Le Breton 1999, citado en Fernández, 2011, p.4

homogénea de su contenido, si no en su forma. Manifiesta una combinación de sensaciones corporales, gestos y significaciones culturales aprendidas a través de las relaciones sociales. La emoción es la resonancia propia de un acontecimiento pasado, presente o futuro, real o imaginario, en la relación del individuo con el mundo; es un momento provisorio nacido de una causa precisa en la que el sentimiento se cristaliza con una intensidad particular: alegría, ira, deseo, sorpresa, miedo, allí donde el sentimiento, como el odio o el amor, por ejemplo está más arraigado en el tiempo, la diluye en una sucesión de momentos que están vinculados con él, implica una variación de intensidad, pero en una misma línea significativa (Fernández, 2011, p.4)

En consecuencia, las emociones se refieren a lo que se siente y en cuanto al sentimiento remite a cómo se siente el cuerpo en medio de una emoción (Fernández, 2011, p.5). Continuando con Le Breton (2012) y su artículo *“Por una antropología de las emociones”* y, con ello, me inscribiré en la perspectiva donde la emoción remite a un contingente social y cultural. Comprendiendo que el humano se encuentra interrelacionado con el mundo mediante una “red continua de emociones... donde la experiencia individual es producto de un entorno humano dado y de un universo social caracterizado de sentido y valores” (Le Breton, 2012, p.70). Por lo tanto, el autor se refiere a que la emoción tiene raíz en las condiciones sociales de existencia y ello se demuestra en los cambios fisiológicos y psicológicos.

En palabras de Le Breton la cultura afectiva es “una emanación social relacionada con circunstancias morales precisas y con la sensibilidad particular de lo individual, no es espontánea, sino ritualmente organizada en sí misma y son significado para los demás; moviliza un vocabulario, un discurso, gestos, expresiones faciales... está en relación con la comunicación social” (Le Breton, 2012, p.70). En tanto a su relación con la comunicación, al patrón que debe seguir para ser reconocido por sus pares, el individuo añade una especificidad en él, de acorde a la experiencia social, sexo, edad, estatus social “la afectividad es el impacto de un valor personal que se enfrenta a un contexto tal como es experimentado por el individuo” (Le Breton, 2012, p.70). Por consiguiente, las emociones remiten a una experiencia individual pero están insertas dentro de un patrón social en un determinado contexto.

Las emociones son ambivalentes, pueden tener un doble carácter, un juego, un manejo por los sujetos, un control de ellas, como la discreción, la ocultación, además se pueden expresar en lo corporal, en las facciones, los movimientos provocando así un sistema de comunicación. Esta

ambivalencia el autor la observa en que “podemos reírnos de una situación cualquiera o de una situación graciosa, sin apartarnos por completo de la ansiedad que nos genera la espera de un chequeo médico; sentirnos heridos y culpables al mismo tiempo tras perder un pariente” (Le Breton, 2012, p.71).

Desde una mirada antropológica las emociones no son similares en todos los contextos culturales y sociales, gracias al enfoque simbólico que se otorga al cuerpo y el rostro es que se entiende que la cultura afectiva es relativa según a los protagonistas presentes (Le Breton, 2012). Con ello, desde la disciplina antropológica, la especie humana “experimenta afectivamente los acontecimientos de su existencia a través de repertorios culturales diferenciados que a veces se parecen, pero no son idénticos” (Fernández, 2011, p.10). Por lo tanto, las diferencias culturales influyen en la expresión de las emociones, ya que como reaccionamos y expresamos la emoción ha sido aprendido dependiendo de cada regla cultural en cada contexto según su espacio-temporal (Fernández, 2011)³⁵.

Las emociones, qué duda cabe, se enmarcan en las normas sociales, creencias, costumbres y tradiciones, ideologías y prácticas culturales en contextos sociales específicos. Se trata de operaciones que ordenan, seleccionan e interpretan situaciones y acontecimientos. La subjetividad individual y la realidad psicosocial se encuentran entrelazadas. (Zamora, 2007, citado en Fernández, 2011, p.11)

Para Le Breton la cultura afectiva no es mecánica más bien funciona como una sugerencia para la expresión dejando un espacio para la simulación, ya que el individuo muestra la imagen que quiere proyectar de sí mismo, pero también se encuentra con lo que realmente siente, es así que los sujetos tienen un control relativo de la cultura emocional. (2012).

En este punto el autor comienza a hablar de actores que se encuentran en una escena teatral en un laboratorio cultural, aquel laboratorio es donde “las pasiones ordinarias revelan su contingencia social y se dan a ver bajo la forma de una partición de señales físicas que el público reconoce inmediatamente con sentido” (Le Breton, 2012, p.76). La persona se convierte en un personaje que puede manejar su rol, siempre con el fin de ser inteligible gracias a un entramado de signos que tiene a su disposición para ser desplegados.

³⁵ Mead 1985; Geertz, 1995; Benedict, 2003; Ekman y Solomon cit. Ulich, 1982 citado en Fernández, 2011, p.10.

El actor es el “jugador” profesional de un teclado de emociones del que es gran observador, es un maestro de la duplicidad esta capacidad de defenderse de sus propios sentimientos y de cambiar a través del uso adecuado de los signos. Hacen su trabajo y su talento. Se desdobra y se ve en la angustia o en la rebelión el alegría o la violencia y la risa o las lágrimas a veces de una escena a otra tiene que cambiar radicalmente la psicología de su personaje. (Le Breton, 2012, p.76)

Desde lo normativo la subjetividad y las emociones son indispensables de los elementos normativos es decir “todas las emociones ya están tomadas por una matriz de producción de sentido los afectos y las emociones se producen en relación con esta matriz que en cierto modo le da sus coordenadas” (Araujo, 2009a, p.251). Ya que existen definiciones que van más allá de lo normativo, si bien el sujeto puede actuar siempre lo hace desde lo que la norma le permite, ya que el actor y actriz conviven en un espacio entre individuos donde tiene que existir una norma que medie en las relaciones (Araujo, 2009a). Aun así, la reacción emocional en relación a cómo los sujetos se pueden ver afectados en cuanto a magnitud depende del grado de amenaza para el sujeto.

En este momento desde lo emocional y los significados que tiene en los cuerpos grandes es que las personas de cuerpos grandes están sujetas a vivir la humillación, discriminación, burla y estigmatización. Desde la pauta cultural, se nos indica que la emoción acorde a nuestro cuerpo debe ser la misma con la que nos miran los demás, de vergüenza y desagrado, pero también como la emoción es ambivalente, puedo sentir vergüenza con mi cuerpo, sentirme fea, pero a la vez sentirme bien con él y no querer cambiarlo.

Capítulo V: Análisis y presentación de resultados

5.1 Presentación de los resultados: experiencia personal de la investigadora

Resulta difícil comenzar un relato, o más bien mi propio relato, de una serie de experiencias o acontecimientos que fueron dirigiendo lo que soy en este momento. Desde la antropología y lo que he ido aprendiendo en estos años de carrera, nos han inculcado el estudio de los otros, de una alteridad, ir a un lugar y analizar los comportamientos de esos otros diferentes a mí. Sin

embargo, en esta investigación sobre cuerpo, emociones y estereotipos, es complicado no incluirme, ya que considero que mi propio relato y testimonio tiene condiciones valiosas, como una experiencia de vida que no tan solo yo he experimentado, si no que también muchas otras mujeres han atravesado y si bien cada una de estas problemáticas es particular, guardan estrecha relación con un entramado social-cultural en el que estamos insertas.

Mi nombre es Marcela Meza, nací en el puerto de San Antonio el año 1996, tengo 25 años. De estos años, siete los viví donde nací y luego con mi familia nos fuimos a vivir a Viña del Mar. Al decir familia me refiero a padre, madre, hermana mayor y hermano menor. Fue un cambio doloroso porque estaba acostumbrada a la cazuela y al calor de la casa de mi abuela, donde pasé mis primeros siete años, tiempo suficiente para crear un lazo maternal muy fuerte, ya que mis hermanos y padres vivían en otra casa en el mismo terreno. Al llegar a Viña del Mar, claro, me tuve que acostumbrar a la otra cazuela que preparaba mi mamá hasta que le fui agarrando el gusto y comencé a ser parte de ella y de esa familia.

Pasaron cuatro años en aquella ciudad y nos fuimos a Quilpué y luego en 2010 llegué a vivir a Santiago, tenía 14 y estaba con terror de esta ciudad.

Escribo sobre mis cambios de ciudades porque son importantes en mi vida ya que llegaron a ser un poco traumáticos, debido a que en cada lugar tuve que adaptarme a situaciones distintas, lugares y personas que procedían de distintas realidades. Yo era una de ellas y con ello me acompañaba por supuesto mi cuerpo, mi carta de presentación, muchas veces observado de pies a cabeza como si fuese un objeto inanimado.

Si pienso en experiencias relacionadas con mi peso, ni siquiera recuerdo la primera vez que mi mamá me llevó al nutricionista. Era bien pequeña, pero mi primer esbozo de recuerdo es a los cuatro años en el hospital de San Antonio, donde me atendió o nos atendió una señora con lentes y pelo negro, no muy amable. No recuerdo sus palabras, pero creo que retaba a mi mamá por su forma de moverse. Mi madre era la encargada de llevarme al doctor, quizás era su forma de demostrar preocupación por mi o inconscientemente de decir que estaba ahí para cuidarme, aunque no durmiéramos en la misma casa.

De esos años en San Antonio no recuerdo mucho los problemas con mi peso, quizás los borre para protegerme, porque si se tratara de recuerdos en aquel lugar, son miles los que recuerdo con mis amigos y amigas de Placilla, el cerro donde crecí, pero de lo otro poco y nada recuerdo, quizás aparece por ahí un recuerdo vago de mi mamá retando a mi abuela para que me diera menos comida.

Todo cambió cuando nos fuimos a vivir a Viña del Mar y dejé de vivir con mi abuela, por lo que pasó a ser mi mamá la que se tenía que hacer cargo de mi alimentación.

Fue ahí donde comprendí que no era la única que tenía problemas de alimentación, ya que al vivir con mi hermana vi como mi mamá también la llevaba al doctor o le compraba alimentos light. A esa edad era bien inquieta, me gustaba jugar a la pelota, entonces no tenía tanto sobrepeso para que fuese un problema, aún así mi mamá nos cuidaba en la alimentación y por eso en ocasiones cuando salíamos con mi tía y comíamos algo, como comida chatarra, por ejemplo, nos decía que no le contáramos a mi mamá.

Otro suceso que recuerdo es que cuando íbamos de visita a San Antonio y nos daban, en esos años, 1500 pesos, en el colegio en el primer recreo podía comprarme un pan con queso. Cuando comenzó a ser repetitivo, la tía del quiosco comenzó a llamarme la atención e incluso le contaba a mi madre lo sucedido, dentro de mí no entendía muy bien e incluso me daba rabia y vergüenza que una persona externa a mi círculo cercano interfiriera en mis decisiones.

Cuando tenía al menos 10 años usaba el pelo corto, no me vestía muy femenina y jugaba a la pelota con hombres, algunas veces me trataron de él o se confundieron pensando que era niño, cuestión que en su momento me chocó. Dentro de esa misma época comencé a tener problemas en la rótula y al jugar a la pelota se me desencajaba, la primera vez el doctor no entendía por qué, entonces lo relaciono a que tenía sobrepeso, que debía hacer más ejercicio, pero la verdad es que jugaba a la pelota casi todos los días, por lo que sabía que no era falta de ejercicio. Al final era tanto el dolor que tuve que dejar de jugar tanto como lo hacía y no pude participar más en equipos, por lo tanto, me alejé significativamente del deporte.

Cuando nos fuimos a vivir a Quilpué, ya entrada en la pubertad, mi cuerpo se empezó a desarrollar más y con eso la presión social de que debía vestirme más femenina y me tenía que

depilar. En ese momento pedí que me compraran ropa más a la moda, en ese tiempo no era gorda, pero si me crecieron mucho los senos, por lo que me veía mayor a las otras niñas de mi edad. Dentro de esa misma época, cuando iba en séptimo básico, me sacaron de la sala para que fuera a la biblioteca y ahí había otros estudiantes con problemas de peso y la elección fue solo por la vista, no sé, veían que yo tenía un cuerpo distinto a las otras niñas de mi edad. En ese lugar creo que estaba la JUNAEB haciendo control de peso, ahí me hicieron subir a la balanza, me midieron y no recuerdo lo que me dijeron, pero si recuerdo mucha vergüenza el tener que pesarme frente a mucha gente y miedo a que se enteraran de cuanto pesaba. Incluso es raro que en ese momento cuando me sentía linda y encajaba dentro de las demás, aun así, me veían de manera distinta.

Fue ese mismo año cuando por primera vez sufro abuso sexual, a los doce años, situación que desencadenó problemas de ansiedad. En el momento no lo veía así, ya que también estaba atravesando problemas familiares y otro cambio de ciudad, ahora tocaba vivir en Santiago y vuelta a empezar, presentarme, decir quién soy en un lugar donde no conocía a nadie.

Es en este preciso momento, a los 14 años donde comienza una preocupación más grande por parte de mi familia, pero más en específico mi madre quien me lleva al doctor a hacerme exámenes para saber qué pasaba, como resultado tenía resistencia a la insulina, me recetaron pastillas y mi mamá por su decisión me compró un quemador de grasa, a la salida de la consulta, fuimos al supermercado a comprar alimentos light o saludables. Las dietas duraban semanas, no podía mantenerlas por mucho tiempo, desencadenando frustración y enojo de mi mamá. Al final por mi parte no me sentía gorda ni menos acomplejada con mi cuerpo, pero si sentía mucha ansiedad y tendí a refugiarme en excesos, ya sea de comida, marihuana y alcohol. Tenía 16 y a mi madre la diagnosticaron de cáncer a las mamas, tan agresivo que tuvieron que hacer mastectomía en ambos senos, quimioterapia y radioterapia para extirpar el tumor. Quizás a hasta este punto no he hablado sobre mi papá, pero en este sentido o tema no tengo mucho que decir, lo que si puedo decir, es que siempre ha estado a mi lado, y atravesamos este momento familiar todos juntos. Pero a la vez estaba sola, ya que él trabajaba en minería, por lo tanto, me quedaba con mi hermano 14 días al mes sin él, mi mamá con cáncer, viéndola mal, casi morir. Por mi parte estaba siendo abusada y tratando de encajar en esta ciudad nueva, incluso repetí segundo medio. En paralelo, cada vez que iba al doctor todas mis dolencias las asociaban a mi peso y

cada salida del doctor era ir a comprar alimentos saludables, hacia la dieta, me aburría y volvía a lo mismo.

Hablando de personalidad, encuentro que tengo bastante, eso conlleva a que no sufriera bullying en el colegio. No iba con falda porque me incomodaba, por lo que iba con buzo; las clases de educación física las hacía bien, pero en cada momento que había que presentar un baile me restaba, me daba pánico, tener que usar un disfraz o vestido. Ahora lo entiendo así, en ese momento me sentía incómoda y con vergüenza, pero no lo relacionaba con la forma de mi cuerpo.

Cuando iba en tercero medio mi mamá me lleva a la católica, para que me evaluara un grupo de especialistas, incluso ahí surge la idea de que me podía operar para bajar de peso, ya que mi IMC lo permitía y que había un equipo entero para acompañarme, yo ni siquiera iba con esa idea, si no que pensaba que era un control cualquiera como todas las veces que mi mamá me llevaba al nutriólogo, endocrinólogo, diabetólogo, pensé que sería lo mismo pero esta vez, con el hecho de solo medir mi IMC era candidata para una cirugía bariátrica sin siquiera hablar de los riesgos que ella conlleva.

Las consultas con especialistas no eran tan malas, eran distintas a la ida del ginecólogo por ejemplo, donde un doctor me dio una charla de cómo sería mi vida si no bajaba de peso, los riesgos que iba a tener para quedar embarazada, para conseguir pareja; sentí su reto, su rabia por ver un cuerpo como el mío, que prácticamente “cómo no iba a tener problemas de salud si era gorda y no hacía nada para bajar de peso”. Otra vez fui al oftalmólogo, donde supuestamente solo te ven los ojos, pero recuerdo que también me dio esa charla, con los mismos matices, que lo decía como especialista de la salud. Salí mal de esas consultas, fueron sumamente violentas, me sentí indefensa y con rabia al no poder responder, solo me quedé callada.

Con la vestimenta en la adolescencia, fue un tema para quien me acompañara y por supuesto para mí. El no encontrar ropa que me gustara en mi talla era frustrante, como consecuencia evitaba ir a esos lugares, al final me compraba lo que me quedara y que no fuera tan anticuado. Después la tienda La Polar lanzó su línea de ropa llamada Extra Lindas, nombre que no deja de ser paradigmático, extra por la talla, extra por más grasa, extra por más peso y linda para maquillar ese extra, pero al final su ropa era fea, al fin y al cabo, era lo que me quedaba y la última instancia para vestirme con ropa de mujer. Luego ante el aumento considerable de peso decidí hace unos años ir a la sección de ropa de hombres ya que ahí sí había mi talla y en realidad

me sentía bastante cómoda con ese tipo de ropa, con eso también se fue definiendo parte de mi identidad. A veces iba con mi abuela y me decía cómo te vas a comprar ropa de hombre o con mi mamá y de su boca salían las mismas palabras. Algunas navidades me regalaron ropa de mujer que realmente eran feas, o sea para mis ojos, pero para ellas era como me debía vestir. Al final pienso que no me acomplejaba tanto mi cuerpo, si no que otras personas me hacían ver que estaba mal y que debía sí o sí tener en mis planes bajar de peso, cuestión que me producía rabia al no intentar hacer algo.

El espacio público como el de la tienda de ropa y el transporte público no han sido amigables, me he encontrado con momentos incómodos, donde siempre elijo el asiento vacío y querer que nadie se siente al lado para no sentirme incómoda ni hacer sentir incómodo a los demás, pero al final, siempre deciden no sentarse junto a mí cuando hay más asientos disponibles, o en el colectivo, elegir siempre uno vacío o nunca permitir sentarme al medio, si no en el rincón, así la gente puede ir más cómoda y no me mira con mala cara.

A mis 19 años sufrí una violación, por la misma persona que abusó durante varios años de mí, desde ese momento mi ansiedad comenzó a crecer y aumenté considerablemente mi peso, a veces he llegado a pensar que inconscientemente mi cuerpo quiso no ser deseado para que no sufriera más agresiones, pensando que un cuerpo gordo no sería deseado, ni amado, ni lindo, pero resultó que eran solo estereotipos que se fueron inscribiendo en mi cuerpo, porque al final en este momento de mi vida hay una mujer que ama cada espacio. En fin, siempre me he considerado gorda, pero gracias a los ojos de los otros, que me hacían ver distinta, dentro de mi pensaba que no era lo suficientemente gorda, así que podía vivir con eso, pero hoy es distinto, ahora sí que, si soy gorda, un cuerpo que toma antidepresivos, que tiene crisis de angustia, que va a terapia, y mi cuerpo solo va resistiendo lo que va pasando. Es fuerte realizar una investigación donde la misma investigadora pone su testimonio, pero no hubiese empezado esto sin poner en cuestionamiento mi noción de cuerpo y como este último año lo he ido reivindicando.

Todo comenzó por un ensayo en el 2019 en el ramo *Campos de la antropología VII: Cuerpo*, donde a partir de Foucault hice un análisis de mi cuerpo gordo, pero no fue hasta el inicio de la pandemia y la cuarentena donde sentí rabia, una emoción que se desbordaba en mi cuerpo al

ver todos los estereotipos que nos hacen ver de forma errónea lo que somos, como si la vida solo se tratara de la dicotomía, flojo-activo.

No cabe duda que ese proceso no empezó ahí, yo creo que a muchas mujeres de nuestra generación, el feminismo de cierta manera ha llegado para hacernos cuestionar “la normalidad” y comenzar a empoderarnos sobre nuestra autonomía, esa que nuestro cuerpo debe tener, el derecho a decidir, aborto libre y gratuito donde sea reconocido como prioridad de salud pública, como también el fin de la violencia, y me pongo desde este lugar como una mujer lesbiana, que ha sido abusada y violada, donde su cuerpo no cabe dentro de los estándares de vida, pero si el feminismo más que la teoría o sus corrientes me ayudó a comprender que había sido abusada, tanto como también a saber que mi cuerpo gordo tenía que ser reivindicado, gracias al cariño y no hacia el odio, que muchas veces fue un sentimiento prolongado.

Hoy hay días donde estoy conforme, otros donde tomo mi guata y digo “puta la weá” pero a la vez me siento tranquila, aunque siga teniendo miedo a pesarme y saber que estoy pesando 120 kilos, y que mi familia desea que me haga una cirugía bariátrica. Cuando me dicen eso, les respondo que mi objetivo de vida no es llegar a mi peso ideal, ni que me mataré en el intento o en esa búsqueda que suele ser tan agotadora y que también nadie me garantiza la felicidad al encontrarme con otro cuerpo. entonces ahí queda la conversación.

Creo que siempre he tenido una mirada alejada de los estereotipos, nunca me acerque a ellos más que en la pubertad, de niña jugaba a la pelota, de adolescente me sentía distinta a las otras jóvenes y ya de adulta, me visto con ropa masculina, igual como cuando era niña, pero si me daba cuenta de que no había y no hay gente parecida en los medios de comunicación, ni cantantes que se parezcan a mí e incluso antropólogas. De ninguna manera es una mirada de envidia si no que, al no verlas, no significa que no existan, me pasa que sin querer pienso que no las veo porque las marginan, y este sentimiento es tétrico cuando pienso que terminando esta tesis, tendré que entrar al mundo laboral y enfrentarme a mis miedos de no ser aceptada, ya que en el fondo, aunque me sitúe desde el empoderamiento, hay una voz detrás diciendo que no soy lo suficientemente buena y que mi cuerpo dará la impresión de que no estoy apta para tal empleo. Es duro pensar así, porque me tendré que destacar más e incluso hacer un esfuerzo más allá de lo normal para ser considerada, más cuando veo las cifras de lesbianas sin trabajo porque son más masculinas, de personas transgénero olvidadas y relegadas por el estado cuando

realizan el cambio de nombre, como si fuésemos invisibles. Entonces es difícil tener una mirada optimista, aun donde el body positive abunda en las redes sociales, pero este carece de una crítica más profunda, porque no basta quererse ni amarse, ¿qué pasa si me quiero y mi existencia material se hace imposible? Siento que las personas que no tienen esos miedos son privilegiadas y está bien, yo también lo he sido en distintos ámbitos, por ejemplo, tengo este espacio para escribir esto, pero no hablo de un privilegio como si este fuese malo, si no que miro a mí al rededor y no problematizan tanto esto como debiesen, no se habla de la inviabilidad humana de las distintas identidades, ni de su violencia, ni de su invisibilización. Soy una mujer gorda y lesbiana, a pesar de todo no he tenido una vida tan mala, pero se lo que significa ser violentada y que mi cuerpo sea un objeto, donde pueden entrar invasores y colonos, como esos médicos que sin tener que opinar, hablaron sobre mí sin saber nada, solo sabían lo que veían a través de sus ojos.

Por lo mismo desde siempre, que no me he identificado con esa imagen ideal, pero si me duele que mi mamá me rete o me diga algo, o que mi familia opine sobre mi cuerpo. Ante la sociedad puedo criticar ese estereotipo, pero dentro de mi familia no; me duele ver como me mira mi mamá, con esa cara de preocupación por no estar saludablemente bien, o que incluso una vez me preguntara si estaría bien mi autoestima si terminara la relación con mi pareja, como si fuese la única persona que me podría querer. Al final mi familia ha influido bastante en cómo me miro y observo, nunca les he podido dar en el gusto y no dejo de sentirme incómoda cuando estoy con ellos, sé que intentan hacer lo mejor, pero en el fondo saben que jamás les daré el gusto porque primero, he aprendido a quererme; el paso de odiarse a quererse es tormentoso, doloroso y angustiante, requiere de dejar de sentirse culpable. Quizás ahora que escribo esto, siento que no me quiero lo suficiente como para que dejen de dolerme ciertas situaciones donde mi cuerpo se siente atacado, pero es tan difícil cuando te atacaron y te pasaron por encima.

Yo creo que dentro de estas palabras que jamás habían sido escritas hay un aire sanador y reparador, de conciliación. Sé que dentro de todo logré sobreponerme, mirar hacia arriba, seguir adelante. Y segundo, estoy cansada de querer encajar, ¿sabes lo que quiero?, quiero que sea como sea mi cuerpo o mi identidad, tenga siempre la certeza de que todo estará bien.

La parte más difícil de esta tesis ha sido escribir este testimonio y poner voz a otros relatos, pero si hablara sobre la emoción que siente mi cuerpo hoy es de tranquilidad, quizá mañana cambie, pero esa excitación que sentí al entender que no debía ni tenía que seguir y cumplir con un

estereotipo o imagen ideal no se compara con nada. Una liberación de cadenas, donde faltan algunas por quitar, pero no dejo de pensar en que desde ese día donde decidí hacer mi tesis sobre esto y problematizar mi gordura ha sido un paso correcto para seguir adelante, y con ello dar testimonio de otras maravillosas mujeres que conocí en este camino, al fin y al cabo, mi más profundo deseo es visibilizar.

5.2: Experiencias de las entrevistadas

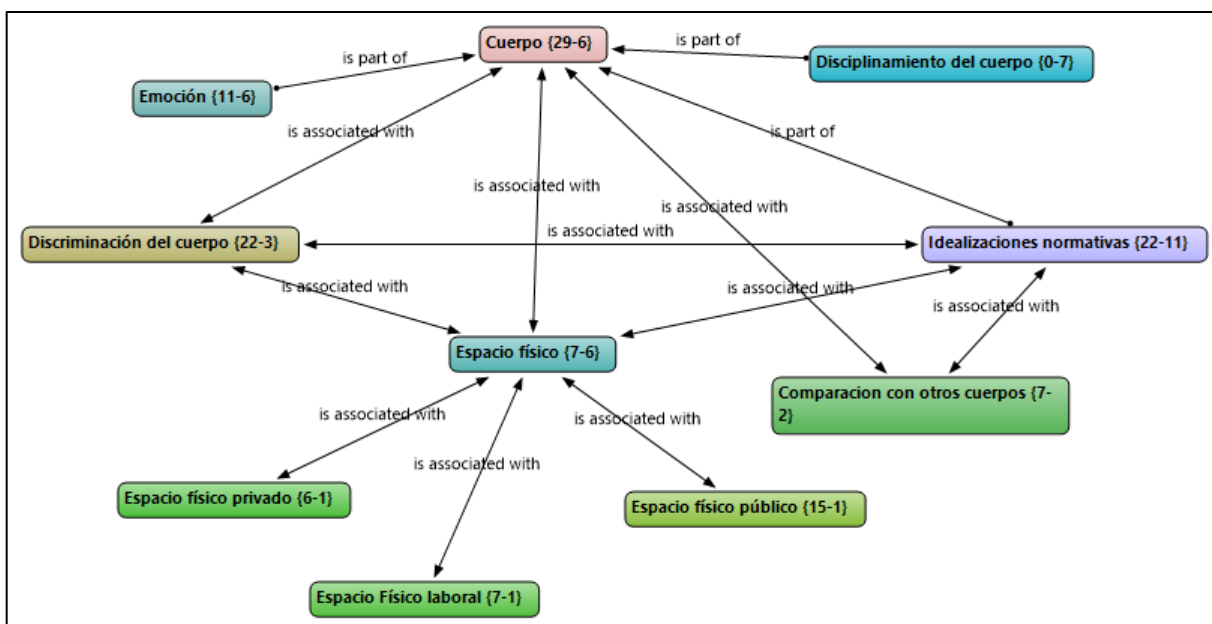
Para la actual investigación he realizado entrevistas a dos mujeres que se consideran “gordas” la primera es Marcela Cerda, nacida en 1982 en la ciudad de Santiago, actualmente es actriz y trabajadora social. La segunda es Valentina Godoy, actualmente tiene 24 años, actualmente vive en Estación Central, pero gran parte de su vida la paso en la localidad rural de Mallarauco.

Para la presentación de resultados y su análisis, con el fin de cumplir con los objetivos planteados, he decidido exponer estos resultados enmarcados en tres dimensiones: Cuerpo, Idealizaciones normativas y Emociones, las cuales a su vez poseen subdimensiones, con el fin de poder de responder los objetivos específicos de esta investigación. Además, gracias a la herramienta de análisis utilizada Atlas.ti se expondrán diversos esquemas que ayuden a la comprensión visual de como se construyen y relacionan las dimensiones.

5.2.1 Dimensión: Cuerpo

Esquema N° 1

Cuerpo



Fuente: Atlas.ti

Para identificar cómo se construyen las emociones acordes a las idealizaciones normativas en las mujeres de cuerpos gordos, resulta imprescindible comenzar por el cuerpo o corporalidad de las entrevistadas, entendiendo que sus relatos corresponden a un determinado contexto histórico en particular, por lo tanto, su percepción no puede ser analizada desde un punto que no considere lo anterior.

Para Marcela Cerda el cuerpo es

(...) el que te sostiene, el que te resiste, el que obstaculiza, todo lo que contiene el habitar, un espacio, no sé, sus sonidos, sus gemidos, sus vibraciones, el tocar, sentirlo, no sé. Cuando yo me echo crema siento que me estoy echando crema, cuando me maquillo me dedico a eso; si me pongo un aro, que sea un aro que no me va a romper la oreja. Desde lo más mínimo, desde que el calzón que me ponga no me quede chico porque me va a molestar a las 3:00 de la tarde después trabajando todo el día. (2020)

También en ese sentido para la entrevistada el cuerpo es aquel territorio o campo de batalla donde ocurren las vivencias y la historia de los sujetos y dentro de él siempre quedarán cicatrices que son imposibles de borrar. Para Marcela, su vivencia como mujer gorda la llevó a una intervención de cirugía bariátrica llamada Bypass gástrico.

5.2.1.1 Vivencias de un Bypass

Marcela, en el año 2014, decide realizar una cirugía bariátrica, lo que conllevó un proceso de vida, uno principal donde logra comprender el significado de su cuerpo, ya que habitó el bajar de peso y volver a subir, una experiencia sin duda trascendental en la comprensión de sus deseos y anhelos de vida.

Este proceso largo, lo describe así

Las sesiones al principio eran una vez al mes, después de los 6 meses, son cada 3 meses y después ya te dan el alta, depende cómo vas evolucionando. Con la nutricionista son una vez a la semana, no, cada 15 días, como por dos meses, como puede comer muy poco la minuta no va cambiando mucho entonces pues son cada 3 y después cada 6 y después una vez al año. (Marcela Cerda, 2020)

Además, la entrevistada recalca que durante toda la vida se encontrará bajo control médico producto de la operación, por ejemplo, realizarse exámenes de sangre para ver los nutrientes en su cuerpo, niveles de vitaminas y exámenes de calcio.

Marcela en el momento en que baja de peso, indica que había cosas que le gustaban de su cuerpo, pero muchas de esas cosas venían desde las visiones de las demás personas y expectativas sociales, por lo tanto, al darse cuenta de que las cosas que la hacen sentir bien corresponden a un estereotipo, provoca un choque en ella y comienza a percibir desde otro lado su propia mirada de su cuerpo.

Todo lo mencionado anteriormente influye en este proceso que estaba viviendo y la lleva al hecho que se describe a continuación:

Estaba súper bien, yo de verdad estaba súper bien, soy súper disciplinada, no comí chocolate, no comí nada de la dieta extra, como cosas que pudiera haber comido hasta el año y medio. Después del año y medio empecé a picotear y ahí me fui a la chucha, pero con chocolate. Yo reboté no me gusta la palabra rebote, pero todavía no tengo una palabra que me guste para hacer ese traspaso, pero cuando estaba en el rebote entre comillas, yo me daba cuenta que estaba engordando y en un momento fue una decisión, después me pasé porque me hubiese gustado quedarme en otro peso, un peso menor porque me sentía cómoda, sentía que mi cuerpo estaba habitada de un lugar que yo conocía que no era ajeno, me sentí muy ajena cuando estaba flaca cuando estaba en los 50 kg era una weá que yo de verdad, o sea sí, me reía, lo pasaba bien, no sé, coqueteaba, pero también estaba llena de inseguridades que tenía y que no se solucionaron con un bypass. Entonces tuvieron que pasar otras cosas para que yo me diera cuenta de qué

necesitaba para estar bien y obviamente yo creo que el bypass y el rebotar fue parte de ese crecimiento, como que la gente dice “llegaste donde mismo” y yo de verdad estoy en otro lugar, este lugar en tiempo y en espacio en encuentro conmigo. (Marcela Cerda, 2020)

En razón a lo anterior, lo más importante de haber realizado una operación, es la experiencia vivida, el “rebote” como indica, aunque no le guste llamarlo así, y la performance que realizó (de la cual se hablará en los párrafos siguientes), la ayudó a comprender que siendo “flaca” o “gorda” si no cambiaba su manera de ver su propio cuerpo, iba a estar siempre en búsqueda de algo, ese algo definido totalmente por una imagen ideal marcada por estereotipos.

yo creía que siendo flaca el mundo iba a ser súper fácil y para algunas cosas sí, pero para otras no, y esas cosas que eran fácil no me llenaban, la cosa realmente profunda no era el cuerpo o si, el cuerpo, pero era el cuerpo habitado desde otra y otros lugares, desde la confianza. (Marcela Cerda, 2020)

En su rol como actriz, Marcela decide hacer una performance que relate el proceso vivido. En el 2015 es el estreno, un año después de la operación, y la llamó *Metamorfe, más allá de la forma anterior*. Cobra sentido el nombre, ya que la metamorfosis, es una transformación donde nunca se vuelve a ser de la forma que se era antes. Esta performance se realizó hasta mediados del 2019, en distintos lugares dentro del país.

Antes de operarme sabía que tenía que hacer algo con este proceso, como actriz cachai, entonces lo que hice le dije a una amiga que dirigió la obra, yo iba escribiendo registrando todo y me iba haciendo registros fotográficos cada cierto tiempo y después se lo pasó a una historiadora que es amiga de nosotros, la Belén Fernández, yo hice el texto y una parte de ese texto decía que lo peor no eran las palabras como ofensa que yo podría haber recibido sino las miradas diciendo como ella está comiendo o a veces yo sentía que con una mirada me decían huevona vay a reventar. Yo creo que la misma performance me ayudó, eso era como arte terapia, ese fue un punto de inflexión. Por ejemplo en la performance tenía que ponerme un traje para empezar la obra y un momento que no me cabía y mandamos a hacer otro más grande para que yo cupiera y eso, dije esto no funcionó y uff ahí paramos un rato de hacer la performance y luego la volvimos a hacer, ahora con dos muñecos, pero yo no dentro de ellos, sino luchando entrar en ellos como otra mirada, porque había que reinventarse también, bueno eso me lo dijo la Mari, fue un otro el que te lo dice y yo estaba súper consciente de eso. Hicimos otro trabajo de escritura para aumentar o reforzar ese tema, hacernos cargo también de eso que no estamos viendo en un principio. (Marcela Cerda, 2020)

Desde esa comprensión y desde la performance, Marcela Cerda comienza a habitar una cuerpo gorda, como indica, todo el proceso artístico y personal derivó en una liberación al comprender

el significado de despojarse, en sus palabras, dice que se desnudó ante la gente, al contar su vivencia y que eso conlleva a que las personas presentes en la obra también pudieran hacer ese ejercicio.

Desde su punto de vista:

Hay un momento empecé a rebotar y estoy rebotando ¿qué hago? ahí hay un punto de inflexión donde uno elige y yo elegí no seguir recriminándome y a lo mejor estar o tomar la decisión de habitar un cuerpo gordo y de habitar ese cuerpo gordo Habitar esta cuerpo gorda, tener la conciencia de que soy un cuerpo grande. que me pueden decir gorda sí, porque me veo al espejo todos los días me pueden decir o es así me pueden decir se me olvida porque, así como lo dice la medicina o la ciencia, pero yo siempre voy a estar habitando mi cuerpo, como que creo que esa experiencia me dice que siempre tengo que estar habitando este cuerpo, independiente de cómo sea ahora es habitar un cuerpo gordo pero en 30 años más es habitar un cuerpo anciano, también el campo de batalla va mutando. (Marcela Cerda, 2020)

Todo lo anterior no quita que no se haya sentido frustrada o que no sintiera que había fallado en su búsqueda, lo que más le dolía era el dinero gastado, pero en su propio relato asegura que “lo comido y gastado ya estaba”

Hay algo que me llama la atención en este proceso, es el hecho de que explícitamente Marcela tenía miedo a morir en la operación, pero me atrevo a inferir que al final hay algo que muere en toda esa vivencia y es la imagen que tenía de ella misma, después de lo que paso, nunca volvió a verse como se veía, incluso existió un cambio rotundo en su autopercepción.

O sea, encuentro que todo es bueno cuando a ti te hace sentido, si no te hace sentido es porque no, igual a uno le cuesta, toda mi vida recibí señales, pero tuve que darme la vuelta larga, señales como que siempre pensé que me podía morir en la operación y en el fondo no era eso, yo me quería operar, pero después no, y yo decía, pero como si quiero, como no voy a querer. (Marcela Cerda, 2020)

Desde este punto de partida y lo que sigue, todo ocurre en un cuerpo, por lo tanto, este es una dimensión, que contiene subdimensiones como lo es la discriminación hacia los cuerpos gordos, la experiencia en espacios físicos y por género.

5.2.1.2 Discriminación.

Es en esta posición donde comienzo la descripción de los resultados de esta subdimensión. Teniendo en cuenta su fecha de nacimiento, Marcela Cerda indica que el haber nacido en los años 80' condiciona el hecho de no haber sufrido tanto bullying, ya que en esa década aún no

se reconocía el tema de la gordura como un defecto o problema a discutir, como dice la entrevistada: “yo creo que ahora igual se preocupan mucho del físico yo siempre he sido gorda. Entonces siempre he tenido problemas de alimentación desde la obesidad, entonces ahora siento que el bullying hubiese sido peor, mi infancia hubiese sido más ruda” (Marcela Cerda, 2020).

no era tan relevante, yo nací en el 82 igual de la transición al 2000’ como que eran otras las expectativas o el foco del cuerpo, como que estaba enfocado en otras cosas porque estaba llegando e instalando el neoliberalismo así que claro, no te digo que no recibí burlas, como, no sé insultos, pero nada que menoscabara ciertas seguridades que yo no sé de dónde las sacaba. (Marcela Cerda, 2020).

Por otro lado, desde mi experiencia personal y como sujeto perteneciente a los años 90, si viví discriminación, no por parte de mis compañeros, pero si desde las instituciones, ya que en ese tiempo el gobierno estaba comenzando a hacerse cargo de la obesidad desde un término biomédico y una forma de hacerlo era desde las escuelas. Como por ejemplo cuando la JUNAEB me sacó de la sala para hacerme un control de peso.

5.2.1.3 Transporte

Dentro de los espacios físicos de discriminación, uno de los que más me llama la atención, es lo que se vive en el transporte público, donde las personas gordas simplemente no vamos cómodas en ese lugar, tal como lo mencioné en mi relato, el hecho de ocupar más de lo que se debe provoca una incomodidad que también los demás te la hacen saber. Las entrevistadas Valentina Godoy y Marcela Cerda también dan cuenta de esto.

Cuando una ocupa un poco más del asiento, de que necesitas más espacio y alguien se sienta al lado y mira como con recelo sentarse al lado tuyo porque no se po, ocupas más espacio del que tienes que ocupar, es incómodo estar super apretada y contenida y que la gente dude de sentarse al lado tuyo porque va a quedar incómodo porque ocupas más del espacio que tienes que ocupar. (Valentina Godoy, 2021)

Por otro lado, Marcela Cerda también afirma lo de Valentina, pero agrega su experiencia con los torniquetes, ya que dice explícitamente que le cuesta pasar por estos.

En el metro los asientos los antiguos son super angostos y bueno los nuevos son más anchos, las micro interurbanas son horribles, son terrible ni siquiera para la gente alta, pero nunca he dejado de pasar una micro porque con torniquete yo la voy a usar, yo no dejo pasar en general, no dejo pasar nada si algo me molesta yo no te lo voy a dejar pasar si quiero decir algo no lo voy a dejar pasar menos voy a dejar pasar una micro, en un colectivo puede que sí pero para irme cómoda en el asiento de adelante o si voy apurada

lo mismo y si puedo esperar otro para sentarme adelante lo voy a hacer, pero si voy apurada tomo la weá que me pare y listo. (Marcela Cerda, 2020)

5.2.1.4 Comparación

Dentro de las comparaciones que surgen sobre el cuerpo y la experiencia con este en relación con los otros, se encuentra primero la comparación que se hace con las personas que rodean al sujeto o con aquellos que tiene una relación cercana, como son los amigos o la familia. En relación con esto, las entrevistadas relatan lo siguiente:

Si, a veces me pasa que todos mis amigos son flacos o cumplen ese estereotipo como de cuerpo normal por así decirlo, socialmente aceptado, entonces no puedo compartir esos problemas y siempre he sentido esa incomodidad de realizar ciertas cosas o de ir a ciertos espacios con ellos. Uno igual tiene como esa mirada de que todos tus amigos son de cuerpo socialmente aceptado y tú eres la gorda del grupo y se nota la diferencia, como la relación que se puede establecer en esos lugares, no sé po, que no te saquen a bailar y que saquen a bailar a tus amigas antes que a ti, que una siempre baila con el amigo del que saco a bailar a tu amiga, en esas situaciones se siente esa mirada y discriminación, entonces llegó un punto en que prefería no ir. (Valentina Godoy, 2021)

Yo debo decir que con mis amigas ha sido bacán siempre, nunca he sentido como ay no voy a salir contigo sino todo lo contrario, vamos bailamos cómo que soy muy buena pal webeo me encanta bailar entonces soy súper prendida nunca me sentí ay no me van a llevar, ellas pinchaban y pololeaban, a mí ni me pescaban, pero yo te hago el medio de la pista bailo igual, un par de veces yo creo que me dio cosa bailar, pero era más porque me miraban otras niñas de cómo bailaba, pero tampoco tanto o sea si, igual una paga la entrada no me iba a quedar sentada en una esquina, francamente no, y los pololos de mis amiga eran muy simpáticos, obvio que harto weá, pero generalmente también simpáticos. (Marcela Cerda, 2020)

Por otro lado, dentro de las comparaciones observé también aquellas que se dan en el espacio público, o aquellas que se hacen en relación a personas que el sujeto no conoce o con quien no tiene relación cercana, ya sean figuras públicas o simples personas que observa en los espacios que se desenvuelve. Ambas entrevistadas señalan haber realizado este tipo de comparación; en sus palabras:

Sí, yo creo que es inevitable siempre estás en comparación o hasta ahora a veces veo a alguien y digo “seré más gorda yo que ella” igual a veces pienso esas cosas, o me veré así, a veces pienso “oh qué flaca” y me pregunto por qué estoy pensando eso de ellas y nadie me preguntó en verdad, o miro a alguien y digo qué estupenda, pero no envidia

sino de verdad que a veces encuentro muy guapas a mujeres y no tiene que ver necesariamente con el físico, bueno hay mujeres que sí porque en el fondo también están vestidas para que una mire ese físico. (Marcela Cerda, 2020)

No sé, a veces siento que esta como muy desarmado por así decirlo o que veo otras mujeres gordas que tienen igual super bien puesto todo y que son super lindas y siento que yo no soy así, que a veces le falta forma o amoldarse, eso que me cuelgue la guata o el rollo igual es incómodo o que no pueda ocupar cierto tipo de ropa o calzones o ropa más sexy o juvenil, entonces yo creo que eso lo considero negativo, como que no tiene mucha forma. (Valentina Godoy, 2021)

Dentro de los espacios que se habitan en el transcurso de la vida como lo son el colegio, universidad y trabajo, surgen distintos tipos de discriminación, siendo así, transversales en la vida de las entrevistadas. Como investigadora, pero además como persona gorda, es difícil comprender que la discriminación en los lugares donde concurrimos es algo real y que corresponde a una vivencia que las personas gordas reconocemos y que nos definen. Ya sea alguien que te molesta en el colegio o también el sentirse incómoda en espacios donde tu cuerpo no pasa desapercibido, en estos casos cuando aún no se toma conciencia o cambia el valor que le das a tu cuerpo, pueden ser graves, ya que acarrear pensamientos y acciones que conllevan a una baja autoestima, a exigirse más de la cuenta para poder complacer los ojos de los que te ven.

En los siguientes párrafos las entrevistadas comentan algunas experiencias dentro de estos espacios.

5.2.1.5 Colegio y Universidad

Me paso una vez en el colegio que íbamos caminando con otra compañera que era más rellenita por así decirlo, íbamos muy tranquilamente por el pasillo y venían unos niños más chicos que nosotras y nos comentan, “ahí va la lavadora y la secadora” una cosa así, haciendo referencia hacia nuestro cuerpo cagaos de la risa y recuerdo no haber dicho nada, ni voltear a mirarlos tampoco hubo ningún comentario con mi compañera, creo que fue la primera vez que me dijeron así de la nada, personas que no conocía, un comentario sobre mi cuerpo.(Valentina Godoy, 2021)

Ambas en la universidad desde su relato explican diversas situaciones de discriminación con sus profesores

Mira, la escuela de teatro con una profe particular de movimiento que yo tuve en segundo año, quería a toda costa que bajara de peso y ahí yo creo que fue uno de los últimos nutricionista que fui antes de la operación. Fui al nutricionista y bajé de peso, bajé de 104 a 92, que igual hartó en un período de marzo a noviembre, porque en el fondo ella no me iba a dejar pasar el ramo si yo no bajaba de peso y me lo dijo. Igual la escuela de teatro ese tipo de violencia son aceptadas, lo que pasa es que mi escuela de teatro no estaba muy acostumbrada a ese tipo de cosas, porque era más bien una escuelita rural, así le digo yo, muy amena, lo que te digo o te decía siempre que en selección no eran así de que si quedas o no y si no para verte y conocerte y mi actitud fue que yo era súper disciplinada así que hice lo que me dijo la profesora. (Marcela Cerda, 2020)

Valentina también agrega los siguiente

Recuerdo que un profesor de la universidad que hacía el ramo de proyección de la voz para poder controlar todo eso, me dijo que el hecho de yo me cansara tanto al hablar o mi garganta se fatigara tanto tenía relación con el peso, yo no le encontré nada de sentido pero si hizo esa referencia y en realidad era porque tenía nódulos en la garganta, entonces fue algo super no sé, después él me ofreció hacerme terapia para tratar esa fatiga en la voz, y otras veces que iba al doctor por exámenes ya que no consumo carne o por cualquier otra cosa, no se me dolía la espalda o el pecho y su respuesta era no, que era por el peso, si te duele la espalda no es por la mala postura es por el peso que está afectando, que tu cuerpo no puede resistir, esas cosas me decían, una vez me esguincé y también lo asociaron al peso que eso haya pasado y la verdad que paso porque estaba haciendo deporte, fue cosa de eso, di un paso mal y por eso ocurrió.

Es fuerte porque igual invalidan muchas cosas de tu ser por así decirlo, ese estereotipo de que uno tenga un problema y se sienta mal y que cualquier cosa lo asocien a que uno está mal por el peso, o esas percepciones que la gente tiene sobre nosotros o sobre nuestro cuerpo, es todo un tema de estereotipos de, esa mirada errónea de que la gente gorda está enferma, de que no puede ser feliz, de que somos flojos y no es así, la gente gorda, yo como persona gorda puedo hacer muchas cosas y que alguien piense que soy floja o que no tengo la voluntad suficiente para hacer una dieta igual es penca, es difícil, no ayuda en nada a sentirse mejor cuando uno no se siente bien por su aspecto físico o por su peso. (Valentina Godoy, 2021)

5.2.1.6 Espacio laboral

En el espacio laboral también existe discriminación, estos extractos de las entrevistas lo describen:

Cuando trabajé en la Andrés bello yo sé que si hubiese sido flaca de antes hubiese tenido más posibilidades de ascender, por ejemplo lo que pasa que cuando justo fui flaca, mi jefa renunció y me tocó un nuevo jefe y yo tampoco estaba para material de los weones y hoy ya no estoy filtrando mucho y eso también me pasó después de la operación yo ya

no aguantaba tanta cosa entonces, decía las cosas que me molestaban y eso la gente no le gusta sobre todo si es jefe como que en general me habían tocado puras jefas mujeres bacanes y justo el weon que me toco era un wea, menos mal que me despidió, pero ya si hubiese sido flaca antes de que el llegara, esos hombres que eran como directores, se hubiesen fijado en mi para hacer alguna movilidad, para hacer charlas, por qué en mi trabajo administrativo en una oficina también tuve gente a cargo y maneje súper bien eso, entonces igual estaba súper bien evaluada desde su espacio, aparte estudiaba, tenía dos carreras cómo que en universidad privada valoran caleta eso de los méritos y estudios. Hacia cursos cumplía con el perfil, pero yo creo que por mi físico no lo cumplía y ahora en el colegio no he sentido discriminación, como es un colegio vulnerable mucha gente es como yo, no hay mucho prejuicio.

Yo no puedo decir que en mi espacio público voy a ser de una forma y el privado voy a ser de otra porque si no colapso, si no te estoy mintiendo le estoy mintiendo a alguien, al público o el privado, por eso lo personal es político porque una siempre tiene que ir, puede ser la convicción que yo tengo, porque uno no siempre lo hace, porque uno siempre trata de ser políticamente correcta porque también hay espacio que uno sabe que el silencio se puede construir muchas más cosas de lo que tú quieres que estando todo el rato en rebeldía pero me refiero que el espacio cotidiano es mucho más político que un acto político propiamente tal porque ahí está la transversalidad la verdad yo después de la performance dije no quiero evitar desde la mentira no me quiero construir en una mentira efectivamente Disney no existe. (Marcela Cerda, 2020)

Al final todo se trata de la imagen, para conseguir trabajo, para relacionarte con otras personas igual la imagen es importante, si vas a un trabajo y ven que eres gorda, y ven que no puedes ocupar cierto tipo de vestimenta, porque no hay tallas y no porque haya una despreocupación hacia tu cuerpo tienes que intentar esforzarte de otra forma, o demostrar que eres muy bueno, que tienes muchas capacidades para equilibrar de cierta forma el tema de tu peso por ejemplo en el trabajo tengo que usar cierto tipo de vestimenta, al momento de comprar ropa formal, que no te quede que sea difícil encontrar una chaqueta, eso también influye hartito en la presentación en el trabajo entonces uno no puede evitar hacer comparaciones de querer parecerse a alguien que tu vez que tiene más resuelto el tema de su cuerpo. (Valentina Godoy, 2021)

5.2.1.7 Género

En relación con el género con el cual se identifican Valentina y Marcela, en este caso el femenino, gracias a sus relatos, se comprende que la performance relacionada al estereotipo, cánones de belleza e imagen ideal, están bien relacionadas también con la importancia de la vestimenta, ya que esta constituye un rol fundamental en la identidad de género y como esta se expresa y como también puede ser el maquillarse, etc.

Es cuático ser gorda y ser mujer por la presión social de que la mujer tiene que ser perfecta, tiene que cumplir con los cánones de belleza, eso de que se tiene que preocupar por su físico, como se viste, luce, de maquillarse, entonces siempre va a ser un tema ser gorda y ser mujer, porque están siempre esas presiones. En primer lugar, esa presión a

la mujer que también la tienen las mujeres delgadas, de esa belleza que esperan que tenga o esa imagen, y ser gorda es todo lo contrario a esa imagen son más presiones sociales, son más miradas, primero por ser mujer y más si eres gorda entonces es un tema, no es lo mismo ser mujer y cumplir con esos cánones y ser esa mujer gorda que no cumple. (Valentina Godoy, 2021)

Yo creo que antes me complicaba más que ahora pero siempre ocupado pabito, escote, ropa, apretada vestido, pantalones como que ahora ocupo harito pantalón como hago terreno así no me rozan las piernas, entonces hay una pila de cosas que priorizo, la comodidad, pero en general no voy a comprarme ropa, yo no voy cotidianamente al mall, no me voy a meter a París o a Falabella ahora le compro hasta ropa a emprendedoras ropa que tienen talla más grande y cuando era más chica mi mamá me compraba la ropa así, ahí va al espacio me lo va a hacer, mucho tiempo me compre ropa en la feria y tampoco he sido marquera. Lo que ando trayendo ahora es de una tienda ropa para tallas grandes. (Marcela Cerda, 2020)

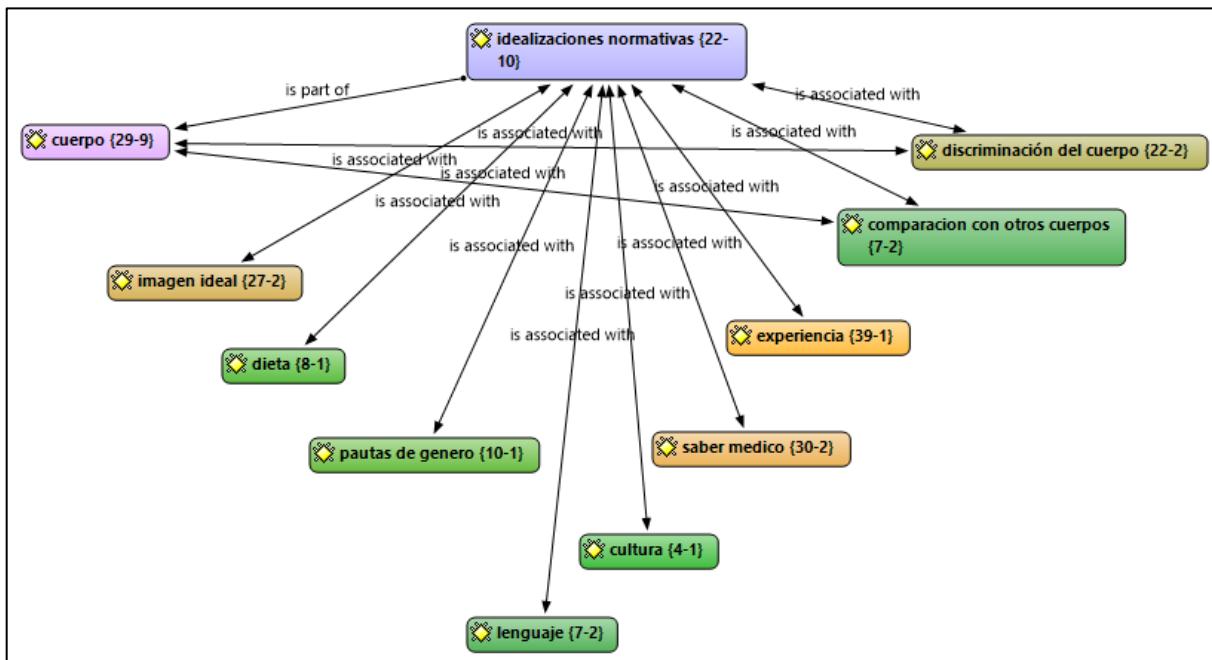
Si yo creo que donde más me he sentido incómoda y hubo un tiempo que me costó mucho realizar esa actividad, fue comprar ropa, de tener que llegar a la sección de juvenil que era mi sección de acorde a mi edad y empezar a buscar y nunca encontrar y que la gente me mirara así como cachando que no me iba a quedar esa ropa, entonces tenía que ir a la sección de ropa de mujer adulta que suele tener tallas más grande y que también las señoras me miraban con cara de por qué estaba comprando ropa de señora cuando era joven, entonces siempre fue una lucha comprar ropa, me ponía de mal humor, si algo no me quedaba me frustraba, quedaba todo el día mal porque sentía esas miradas de la gente opinando sobre lo que te iba a quedar y lo que no. Siempre está eso de querer usar cierta ropa y decir porque a ella le queda bien y a mí no, y esos cuestionamientos siempre de porque soy así, o porque no puedo ocupar ciertas cosas y eso pasa porque tenemos esa percepción o presión social de estar a la moda, de usar cierta ropa acorde a tu edad, de intentar encajar. (Valentina Godoy, 2021)

Era sobre todo cuando estaba en el colegio cuando tenía como 15 o 16 años era brígido porque veía a mis amigas que tenían cierta ropa, yo quería usar la misma y no encontraba en mi talla o no me quedaba, no podía estar a la moda por así decirlo, tenía que ocupar ropa de señora porque no me quedaba nada más, entonces tampoco podía elegir mi expresión de vestuario, no tenía opciones, esta es la ropa que me queda, entonces quedar fuera de la moda o ver a mis amigas como oh me compre esta polera, la ocupare y todas como muy similar y yo muy señora porque no encontraba nada más. Si yo creo que siempre va estar esa sensación de frustración o impotencia de ser gorda y de no poder hacer ciertas cosas, de no poder ocupar algún tipo de ropa, siempre va a estar. (Valentina Godoy, 2021)

5.2.2 Dimensión: Idealizaciones normativas

Esquema N° 2

Idealizaciones normativas



Fuente: Atlas.ti

Ha afectado el hecho de que yo siempre tengo la imagen de que siempre fui gorda, de los 5, recuerdo que hay fotos donde yo estaba así super rellenita y con los cachetes bien gorditos y me pasaba que por ejemplo veía en la tele y no había gente o niñas que fueran gordas, entonces era todo el tiempo estar viendo gente delgada, bonita o super estereotipada y yo no cumplía con eso, ver los comerciales, la publicidad y que nunca había alguien como yo, que en la ropa las modelos ultra flacas o super distintas a mi realidad o eso de ver los comerciales de productos light y querer comprarlos para ver si hacen efecto o si me ayudaban y que al final era chistoso porque siempre mostraban gente flaca comiendo saludable y no gente gorda, pensando que la gente gorda no se alimenta bien, (Valentina Godoy, 2021)

Dentro de la actualidad lo científico respecto a la salud ha cobrado una significativa y creciente importancia, la “verdad” que otorga el saber biomédico ha hecho que desde pequeñas hemos tenido que estar en consultas médicas que ayuden y expliquen el porqué somos gordas y con ello entregar distintas estrategias para bajar de peso, lo anterior está intrínsecamente relacionado con la industria de la dieta, los medios de comunicación, el lenguaje, la educación, es decir todo un sistema cultural que avala lo anterior y lo hace posible.

Con el fin de describir las experiencias de vida de las entrevistadas los siguientes párrafos serán dedicados a la dieta y la ida a la consulta médica.

Yo creo que mi primera dieta o algo así fue a los 10 o 12 años, antes de ser adolescente, yo creo que pase por varios nutricionistas porque mi mamá quería frenarlo ahí para que cuando tuviera la adolescencia una no sufriera tanto o el cliché de que nadie la va a querer, que le van a hacer mucho bullying y no sé. (Marcela Cerda 2020)

El primer recuerdo que tengo respecto al peso como un problema por así decirlo o algo que tenía que tratarme fue a los 7, que mi tía me llevó al doctor y al nutricionista porque encontraba que estaba muy sobrepeso y que era poco saludable, entonces convenció a mi mamá que tenía que ir al doctor para empezar una dieta y empezar a hacerme exámenes y tratamientos para bajar de peso. (Valentina Godoy, 2021)

Al terminar la consulta a Valentina le dieron

un paquete de cosas de regalo como barras de cereales, cosas para pintar en donde salía lo que tenía que consumir, o sea cuanta porción de manzana, y tenía que pintarla cosas así pero no recuerdo como más allá de lo que me haya dicho porque estaba super chica. (Valentina Godoy, 2021)

Luego los años posteriores también fueron acompañados de consultas:

Fueron como dos o tres veces más, en donde tuve que hacerme exámenes de sangre por distintos motivos y me salió el azúcar alterada y ahí vino el examen de insulina, de la glucosa, que arrojaron que tenía resistencia a la insulina y ahí también fue todo un proceso de ir al doctor, de hacer dieta, hubo un tiempo en que si, en la adolescencia cuando estaba en el colegio hice dieta muy estricta, porque me preocupó el tema de la salud, por la resistencia a la insulina y esa es la vez como que más empeño le puse a una dieta, baje como 4 kilos en un mes, pero después subí todo, fue como ese mes que fue estricto y después no seguí. (Godoy, 2021)

Dentro de los recuerdos relatados por las entrevistadas, la madre cumple un rol fundamental ya que es ella quien lleva a sus hijas al nutricionista en la infancia y adolescencia, quizás para Valentina fue su tía, posteriormente fue su madre quien la acompaña en este proceso, para ella “mi mama no ha sido como de restringirse o de ayudarme con las dietas, pero sí tiene mucho de eso de que estas comiendo mucho, que tienes que bajar de peso, pero tampoco ella era muy restrictiva en ese sentido”. (Valentina Godoy, 2021)

Para Marcela es la mamá quien acude con ella, pero como relata, no fue la primera vez a un nutricionista si no a un psicólogo recomendado por el colegio cuando ella cursaba educación

básica, esta inquietud surge por su aumento de peso. Luego comenzó a ir al nutricionista y recuerda “a lo mejor mi mamá también se sentía maltratada, retada entonces ahí era como doble frustración la retaba weona de la nutricionista y aparte me veía a mí gorda” (Marcela Cerda, 2020). En este sentido concluye que la consulta debería ser más explicativa y educativa para el niño o niña.

Ambas afirman que no está mal hacer dieta, Valentina cree que

el hecho del peso o del cuidarse va más allá de hacer una dieta, yo descubrí esa vez que hice una dieta muy estricta, que no servía de nada que comiera muy poco si no hacia ejercicio, entonces ahora tampoco tengo esa visión de hacer una dieta de cuidar todo lo que como y pensar en todas las calorías que estoy consumiendo, no me sirve y no pretendo volver a esa fase en que hice una dieta muy estricta. (Godoy, 2021)

En casi todas las historias que tenemos las gordas en las consultas médicas, se observa que cada doctor puede decir y opinar sobre nuestro cuerpo solo por el hecho de ser doctor o profesional de la salud. En conclusión, el ser ese tipo de profesional otorga un poder adicional, dentro de las cosas que le dicen los doctores a Marcela está:

que por qué estoy tan gorda, que qué voy a hacer, que piense en el futuro que la enfermedad, que no sé qué, entonces yo te voy a voy mandar a hacer exámenes, me hago exámenes, le tiró los exámenes en la cara al doctor y me dice -oh está usted súper sana como lechuga- pero no peleo con los doctores, no me enfrasco, esa no es mi batalla de verdad la medicina no es mi batalla porque una, no manejo términos por qué soy mala para aprender, me voy a lo fácil imagínate palabras difíciles me muero esa no es mi batalla hay gente que si trabaja con la industria de la medicina y me parece bacán pero yo no puedo porque siento que tiene que saber mucho y está muy actualizada de la política pública yo te puedo hablar como del habitar, puedo hablar sobre como yo camino caleta y al hacer eso sé que la ciudad no está condicionada para gente gorda. (2020)

El hecho que la consulta médica se transforme en un problema acarrea otras inquietudes como, por ejemplo, no ir al doctor porque sabes que te van a retar, o que todo lo relacionen a que eres gorda, cualquier dolencia pasa por eso, anteriormente cuando escribí mi relato, describí un hecho desagradable en el oftalmólogo.

El por qué la ida al nutricionista y la dieta responden a una idealización normativa, es por el hecho de que responden a un paradigma cultural donde los cuerpos gordos deben estar en constante supervisión ya que se piensa que algo anda mal.

Cuando era más chica iba al doctor por otras cosas que no fueran de la resistencia a la insulina y si era penca, era como todo lo que te pasa es porque eres gorda, no se daban

el trabajo de decir ya qué onda esto, da lata que esté ese prejuicio de que todo lo relacionan con el peso o que estoy poco saludable porque estoy gorda. (Valentina Godoy, 2021)

5.2.2.1 Familia

La familia cumple un rol fundamental en la asimilación de la imagen corporal de las entrevistadas y su conformidad.

Mucho, al final todo el tema de la dieta, que mi cuerpo no estaba como correcto según lo que se estipulaba socialmente, partió de mi familia siempre tuve eso de que mi mamá me dijera que estaba gorda o que tenía que bajar de peso porque no me iba a quedar la ropa o porque me iban a mirar mal cuando estaba en mi adolescencia, me decía que no le iba a gustar a los hombres si no bajaba de peso, entonces siempre marcó mi familia el tema del peso y fueron los que más lo cuestionaron, quienes más opinaron sobre eso, quienes intentaron que cambiara o que adelgazara, que hiciera algo como para estar flaca, mi mamá era mucho de decirme que estaba gorda, pero no hacía nada tampoco como para evitar esa gordura, entonces eran retos y comentarios penca sobre mi apariencia y nunca intentó hacer algo para cambiarlo, solo era comentar, criticar, reprochar y no hacer nada en concreto. (Valentina Godoy, 2021)

5.2.2.2 Imagen ideal

Dentro de los ideales normativos se encuentra la imagen ideal, que otorgan los diferentes dispositivos culturales, y cada ideal responde a un momento histórico en particular, es decir si estuviera hablando de imagen ideal en el año 1800 sería distinta a la imagen actual. Hablar de esto es importante ya que los sujetos se sienten identificados con ella. Quieren alcanzarla, pero también se encuentran casos donde hay resistencia a esta imagen ideal, en este sentido la experiencia otorga un cambio en cómo percibimos este ideal.

Para Marcela, Valentina y para mí, donde más nos complejizamos con nuestro cuerpo fue en la adolescencia, ya que es en ese momento de nuestra vida donde los cambios corporales fomentan a una identificación más grande con el género asignado, es en esa etapa donde comenzamos a ser deseadas sexualmente y también donde debemos inscribir ciertas aptitudes o actos que nos hagan reconocer como mujer. Valentina, relata bien lo que ocurría en ese momento, poniendo por ejemplo lo que ocurría en su colegio.

Me acuerdo de que en educación física nos obligaban a usar calzas, esas que apenas te tapaban el poto, me acuerdo a veces de tener mucho calor y usar pantis y ponerme las calzas arriba para no mostrar más de lo que ya estaba mostrando entonces esa inseguridad de que me vieran las piernas gordas o bueno, también los pelos y esas cosas, pero siempre me he sentido insegura de usar poca ropa, o de mostrar mucha piel, que se me noten los rollos, o que se me note la celulitis en las piernas o que se note esa gordura. Igual fue la etapa que más me afectó o me dolió ser gorda por todo lo que me restringí dentro de esas inseguridades, de ir a la piscina, los paseos de curso donde pucha, no quería mostrar mi cuerpo ya que no había nadie como yo, eran todos flacos, aceptados por así decirlo, restringirse ciertas cosas, evitar ir a ciertos lugares por esas incomodidades. (Valentina Godoy, 2021)

Además, Valentina explica cómo es de complicado para ella ser mujer y gorda pero también hace mención del cambio en ella de lo que significa ser y anunciarse como gorda:

Ser así me afectó más en mi adolescencia, ahora es menos porque he ido cambiando mi percepción sobre esa norma, siento que también el feminismo y también toda esa deconstrucción de la imagen ideal de la mujer me ha ayudado a querer un poco más mi cuerpo y a no creer que esa norma era correcta y que nunca nadie va a llegar a ser perfecta o cumplir con todos los parámetros de esa norma. Recuerdo que cuando era más chica siempre me costó reconocermé como una persona gorda, yo no usaba la palabra gorda porque siempre denostó esa mirada despectiva, esa “gorda” de una super mala forma, usar la palabra gorda era para burlarte de alguien, para tratarlo mal, para hacerlo sentir pésimo, entonces usar esa palabra y asumirme como una mujer gorda fue complejo, pero siento que igual se está haciendo ese cambio, nos estamos como apropiando de esa palabra de asumirnos como gordas y quitar esa connotación de burla, porque igual cuando uno lo dice le cambia el sentido, se da a entender que no es algo que me afecte, que ya no se puede usar con esa connotación despectiva. (Valentina Godoy, 2021)

El entrar a la universidad para Valentina fue un gran cambio, ya que conoció otras realidades y con ello el feminismo

Pasé de tener amigas en el colegio que se preocupaban mucho de cumplir esta imagen ideal de cuerpo o de belleza que debían tener, a tener amigas en la universidad que en verdad le importaba super poco lo que era el cuerpo o cumplir con esta norma, cuando entré a la universidad empecé a conocer el feminismo y tuve una apertura. (Valentina Godoy, 2021)

A pesar de lo descrito anteriormente para Valentina, no se puede dejar lo médico de lado ya que, para ella, nos podemos amar siendo gordas, pero si nuestro cuerpo corre peligro por serlo se debe tomar cartas en el asunto, siendo un cambio no estético, si no por la salud.

Yo, por ejemplo, sí necesito bajar de peso por temas de salud, sí necesito hacer algo con mi peso, pero no por algo visual, si no por algo de salud, entonces sí, puedo amar mi cuerpo y aceptarme como soy, pero también tengo que estar consciente de los otros temas que pueda involucrar como no sé, puedo estar muy de acuerdo con mi cuerpo y amarme. Al final yo ya entendí que, aunque sea flaca y pese mi peso ideal nunca voy a cumplir con esa norma que se espera que yo cumpla como mujer, por ejemplo, el tema de depilarse, o maquillarse, vestirme más femenina eso nunca lo voy a cumplir y si no lo hare, no tiene sentido que sea tan estricta con mi peso o con mi cuerpo porque mi expresión nunca va a ser la ideal. (Valentina Godoy, 2021)

Los estereotipos dentro de las idealizaciones normativas también son fundamentales, ya que el ser gorda puede encasillarse en diversos términos y acciones que realizamos, como por ejemplo que somos flojas y sedentarias, que comemos pura comida chatarra, estereotipos que hacen daño y que forman la imagen que tienen los otros sobre nosotras.

En mi adolescencia practique deporte, desde chica que practique y siempre fui gorda igual, en el colegio de primero a cuarto medio jugué voleibol, en la universidad jugaba fútbol y eso de comentar, por ejemplo de decirle a la gente que juego fútbol y me ven gorda y quedan y ponen esa cara de impacto, por esa percepción de que las personas son gordas porque no hacen ejercicio, porque no se mueven, que están todo el día sentado o acostado, que tienen poca movilidad, pero no me considero una persona depresiva o que mi cuerpo y mi peso me hagan estar en depresión, o que me hagan tener menos movilidad. Es fuerte porque igual invalidan muchas cosas de tu ser por así decirlo ese estereotipo de que uno tenga un problema y se sienta mal y que cualquier cosa lo asocien a que uno está mal por el peso o esas percepciones que la gente tiene sobre nosotros o sobre nuestro cuerpo, es todo un tema de estereotipos de esa mirada errónea de que la gente gorda está enferma de que no puede ser feliz, de que somos flojos y no es así, la gente gorda, yo como persona gorda puedo hacer muchas cosas y que alguien piense que estoy floja o que no tengo la voluntad suficiente para hacer una dieta igual es penca, es difícil no ayuda en nada a sentirse mejor cuando uno no se siente bien por su aspecto físico o por su peso. (Valentina Godoy, 2021)

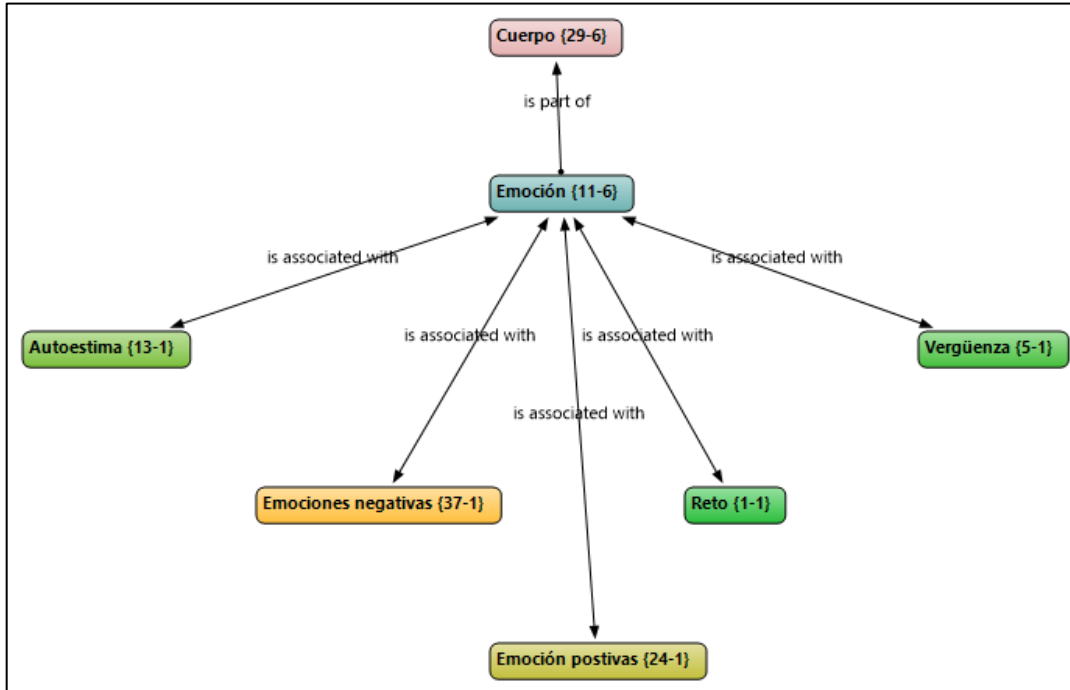
Para Marcela el que una persona le diga algo frontalmente relacionado con ese estereotipo es imposible ya que:

Es gente que no me conoce, yo tampoco me voy a poner a escuchar a gente que no me conoce, que esta opinando de mí, así como cuando te decía que yo voy a parar esa situación al tiro, siento que no llegaría nunca a ese tipo de conversación con alguien que no me interesa llegar a ese tipo de conversación ¿cachai? Siento que hay tres pueblos antes de llegar a ese paso. (Marcela Cerda, 2020)

5.2.3 Dimensión: Emociones

Esquema N° 3

Emociones



Fuente: Atlas.ti

En esta dimensión ahondaré en cómo las idealizaciones normativas y todas las experiencias descritas anteriormente provocan una emoción o un sentimiento en las personas entrevistadas, estas emociones se espera que sean de una determinada manera, ya que también responden a un estereotipo de cómo debe sentirse una persona gorda, incluso he escuchado hablar de que somos más depresivas y ansiosas. En este punto me pregunto, ¿cómo no va a causar ansiedad ser gorda con todo lo relatado anteriormente?, ¿cómo no sentir depresión? Sin embargo, lo descrito corresponde solo a un aspecto de la vida de las entrevistadas y estos estereotipos no son una realidad. Si bien hay bastantes emociones negativas, también hay emociones positivas respecto a su cuerpo.

En este camino de ir descubriendo las emociones de las entrevistadas, Marcela Cerda me comenta que antes de la operación se encontraba en un estado depresivo, donde su vida se había convertido en una rutina de ir al trabajo, dormir, preparar la comida y así un círculo donde no

tenía ganas de tener actividades sociales. Pone énfasis en que antes no era así, ya que le gustaba después de su jornada laboral, compartir con sus compañeros de trabajo. Lo anterior la lleva a comenzar un proceso de terapia psicológica, dándose cuenta de que

En general yo no me estaba dando espacio para llorar, para tener pena, para sentirme, no pena de mí si no tener dolencia, pucha estaba súper bajoneada porque tenía eso de encontrar un amor y que no llegaba y que nadie efectivamente me quería, que todo lo que me habían dicho para atrás era verdad lo estaba reafirmando, toda esa cosa negativa en mí, y la idealización del amor romántico. (Marcela Cerda, 2020)

Aquí Marcela hace notar que su pena se debía a que no estaba cumpliendo una idealización o estereotipo de cómo debía ser su vida, específicamente lo hace notar en el amor romántico.

Luego, tras un año y medio de terapia se hace la cirugía bariátrica, y comenta

después de operarme yo estaba mañosa, estaba enrabiada y era como, que le pasa a la Marce sí siempre es alegre, pero eso también era algo que me daba la gordura, era una forma que tenía para relacionarme y era súper complaciente. (Marcela Cerda, 2020)

Por lo tanto, todo este proceso de terapia, operación, post operación, la lleva a comprender que no bastaba con ser delgada para ser feliz, o más bien estar tranquila con su propio cuerpo.

En cuanto a expresión de sus emociones, Marcela comenta que ha tenido que lidiar mucho con la rabia, es decir, ha tenido que reprimir ese sentimiento, ya que de lo contrario traería muchas consecuencias negativas en su relación con los demás. En la adolescencia, esta rabia se expresaba llorando, pero también otras veces acudía al baile. Actualmente, al hablar de rabia, ya no tiene hacia su cuerpo, sino más bien hacia el actual sistema neoliberal en el que está inserto el país, ya que se siente engañada, con la llamada transición luego de la dictadura vivida.

Para Valentina sus primeras idas al doctor en relación con su peso, las describe como traumáticas, esto es un hecho no menor ya que conllevó a una fobia a las agujas, gracias a la constante extracción de sangre a la que se vio expuesta para saber por qué tenía tanto sobrepeso a esa edad y como no obtenían respuestas seguían realizando exámenes para saber en profundidad lo que pasaba.

Otro tema relevante, es que surge la incomodidad como emoción y sentimiento. Como se explicó anteriormente acorde a las vivencias en el transporte público, esta incomodidad como también la vergüenza se ve reflejada al momento de comprar ropa o salir a determinados espacios, como una discoteca y que constituyen un sentir transversal entre las tres personas que damos testimonio.

También surgen sentimientos y emociones como la frustración y odio estas se acentúan en la adolescencia como relata Valentina

Había tiempos que odiaba todo, en que me cuestionaba porque no hacía algo para bajar de peso o por qué me conformaba por así decirlo con mi cuerpo y después lo odiaba igual, entonces siempre fue un constante sentirme bien un tiempo y después muy mal, y así ha sido siempre. Mi adolescencia fue conflictiva, hubo momentos en que tuve muchas inseguridades con mi cuerpo. (Valentina Godoy, 2021)

También surge el resentimiento, ya que la entrevistada aún no logra aceptar del todo su cuerpo, entonces hay días en que lo ama, pero otros en que lo odia, y el hecho de estar siempre comparándose con alguien más en vez de ser ella misma y aceptar que su cuerpo es así. Como ejemplo ocupare el siguiente extracto de la entrevista:

Por ejemplo un hombre gordo es menos llamativo por así decirlo para la sociedad, siento que no tienen ese problema de que las mujeres no se fijan mucho en ellos porque son gordos o porque están medios pasados de peso, en cambio a una mujer o al menos para mí si fue tema el tema de las parejas, o el hecho de sentirse no deseada, sentir que tu cuerpo no es deseado, por eso también esa necesidad de entrar en este estereotipo social de la persona flaca o de querer disminuir mi peso, de pesar menos, de que me pueda entrar la ropa para también agrandar o llegar a otras personas. (Valentina Godoy, 2021)

También se descubren sentimientos como la frustración cuando se propone diversos objetivos, como bajar de peso, por ejemplo. Este sentimiento se ve reflejado en la siguiente situación

Me sentía muy frustrada porque no sé po, se acercaba diciembre y yo no había hecho nada para bajar de peso, para estar un poquito más flaca, para que me quedara mejor el traje de baño para el paseo de curso, entonces siempre esa frustración o esa sensación de que no me gustaba ser gorda, pero no hacía nada para no ser gorda o de que me costaba mucho bajar de peso aunque lo intentara y también esa sensación de frustración o impotencia de ser gorda y de no poder hacer ciertas cosas, de no poder ocupar algún tipo de ropa, siempre va a estar. (Valentina Godoy, 2021)

Otro aspecto que llama la atención es la vergüenza, cuando Valentina le hacen la broma en el colegio, su forma de reaccionar ante este hecho fue no hablar ni comentarlo con nadie, una especie de paralización, ya que tampoco pudo responder ante esta situación. Siguiendo en este tema, la vergüenza también se ve reflejada en cómo se expresa su cuerpo.

A veces me pasa que estoy muy alegre o efusiva, me dan ganas de bailar o de moverme y me restrinjo mucho en esos momentos, siento que mi cuerpo no se ve tan bien cuando me muevo. Me pone nerviosa que alguien me mire tan efusiva o que me mueva tan libremente y que me cuestionen que se me mueve todo. (Valentina Godoy, 2021)

Finalmente, el último sentimiento negativo que surge en relación con el cuerpo es la pena que causan ciertas situaciones o en este caso las restricciones que se imponía.

Se siente pésimo, siento que me limito hacer muchas cosas por mi cuerpo, por ejemplo, me gustaría grabar tik tok o hacer bailes y me da mucho pánico verme en la imagen, ver todas mis imperfecciones por así decirlo, o que se me note el rollo o que se muevan, entonces me da pena igual a veces tener esas restricciones por la imagen o por verme y empezar a encontrar todos los defectos y todo lo malo en mi cuerpo. (Valentina Godoy, 2021)

Cuando Valentina se va de intercambio puede bajar de peso, es en este momento donde mejor se siente con su cuerpo, pero a la vez es gracias a que su forma de cuerpo en ese momento le permitía cumplir (no del todo) con una imagen ideal.

Cuando fui de intercambio baje algunos kilos, algunos varios, no logre tampoco entrar en ese estereotipo de delgadez y alcanzar mi peso ideal, pero si me sentía muy bien estando menos gorda, porque también en cuanto a lo físico, me sentía más liviana, no sé, podía usar la ropa que quería, podía ir y comprar la ropa en la sección juvenil y no en la de señora, entonces fue una época que estuve muy conforme con mi cuerpo, seguía estando gorda, no tanto como ahora, pero fue un momento en que me acepté mucho y me sentí muy bien. (Valentina Godoy, 2021)

Con el tiempo, el ir comprendiendo el cuerpo desde otro lugar, más desde la aceptación, ha ido cambiando las autopercepciones, personalmente es un viaje, un proceso de introspección, de mirarse a una misma, situarse desde otro lugar y reivindicar el cuerpo y sus emociones, es un acto de empoderamiento el ir aceptando nuestro cuerpo e ir queriéndolo, pero esto también está dado por el acceso a información que hemos ido teniendo. Yo creo que si esta misma entrevista se la hago a otro tipo de población que no esté cerca de la teoría o movimiento feminista las

respuestas serían distintas. En este sentido surge un cambio de percepción que queda en evidencia en el siguiente extracto.

Cada vez va importándome menos estar gorda y cada vez voy queriéndome más, si encuentro que últimamente me miro al espejo y me encuentro bonita me siento bien y digo como estoy bien o me toco el rollito o hago bromas con que estoy fofita o que estoy pasaita y he aprendido a querer esas imperfecciones y a estar contenta o a darle la vuelta a esos sentimientos malos que tenía antes. (Valentina Godoy, 2021)

Hablando de cambio de la autopercepción, la entrevistada me pregunta si el amor se considera una emoción, yo infiero que si

¿El amor se considera una emoción? Yo creo que el amor me ha hecho cambiar hartoo mi percepción, el amor que he recibido, ha contribuido a que ame más mi cuerpo (se emociona) y que lo acepte y que no sea tan dura con él. Quizás ya no odio tanto mi cuerpo como antes, que he aprendido a quererlo, a amarlo que es super relajante poder hablar de estas sensaciones sobre mi cuerpo y poder asumirme como una mujer gorda y no sentirme mal, que es súper interesante que alguien se encargue de darle visibilidad a estas sensaciones a cómo influye esta etiqueta de ser gorda en tu vida, de cómo la sociedad está constantemente presionando, es igual algo que se habla muy poco y no se analiza cómo influye en tu vida ser gorda. La tranquilidad, es super aliviante dejar de criticarte o cuestionar todo el tiempo tu cuerpo, te quita un peso de encima. (Valentina Godoy, 2021)

Para Marcela Cerda hay un extracto de la entrevista que debo destacar ya que refleja en el sentido más puro y real el proceso que hemos vivido e infiere que se ha querido más que odiado ya que todo lo siente como una transformación,

como que a mí la palabra trans de tránsito, trans, transexual, pero la palabra trans ese es como el verdadero cambio, todos somos seres cambiantes como que eso se escuchaba mucho en la psicología, y me hace sentido eso del transitar, transmutar, algo que nunca acaba porque se pasa de un estado al otro, en el cambio es más como cambiaste y quedaste y no es como eso, porque uno no es eso, tu cuerpo también cambia con los años, aunque no querai, y si te haces cosas igual cambia. (2020)

Al momento de preguntar si a Marcela ser gorda le condicionó un tipo de emoción su respuesta es que si, y es la alegría, pero es más bien una fachada o un método de autodefensa ya que el ser de esa manera le permitió encajar en diversas situaciones, personalmente también pienso lo mismo, siento que si no tuviese esa sociabilidad que me caracteriza habría pasado por otras cosas.

yo creo que sí y creo que sería la alegría por lo mismo que te explicaba esta forma de ser condescendiente, pero con humor, tiraba la talla, pero lo decía o no lo decía y era buena pa reírme, siempre he sido una persona más bien optimista, entonces como que yo creo que estoy en ese lugar que más introspectiva, callada o silenciosa, no son palabras que me definirías. (Valentina Godoy, 2021)

Para terminar la descripción y la exposición de los resultados de esta investigación, concluiré con una cita extraída de la entrevista con Marcela, que da una emoción positiva de esperanza y aprendizaje de vida.

mira sabís que yo creo que más que una emoción es el estar, me acuerdo que una vez una de las nutricionistas de la operación del programa que uno va cuando se opera me dijo, no porque tu seas flaca te van a dejar de pasar cosas, la gente igual se muere, igual te van a dañar, igual vas a seguir viviendo y que era lo que te decía hace un rato, la dificultad no está en irte al himalaya a meditar, sino que es cuando estás como un pajarito en una tormenta en el medio del mar y no se mueve, es porque ahí tiene templanza y es como saber que a pesar de todo el caos tu estas conectada en ti, nada va a remover ni ser removido, no significa que nada te pueda romper, porque puede que venga una ola y te moja, pero el pajarito se va a ir a otra roca y va a poder contemplar esta tormenta cachai. (Marcela Cerda, 2020)

5.3 Análisis de los resultados

Tras haber expuesto y descrito lo anterior, en este apartado se relacionará los hallazgos descubiertos en la investigación con los diversos conceptos articulados en el marco conceptual.

En primer lugar, está el concepto de cuerpo, el cual es trascendental para esta tesis ya que, para las personas gordas, el cuerpo es el grande, el ancho y que ocupa más lugar, es en él donde ocurre la vivencia. En este sentido la autora María Luz Esteban adopta el concepto de *itinerarios corporales*. En lo descrito anteriormente, se deja en evidencia que estos itinerarios si bien ocurren individualmente, siempre remiten a un colectivo, en este sentido, Marcela, Valentina y yo, tenemos experiencias individuales, pero que al contrastar o intentar comparar nuestras vivencias, se comprende que nuestras vidas están relacionadas gracias a que vivimos en una estructura social concreta, donde le damos centralidad a nuestras acciones mediante las prácticas corporales. Pero sin dejar de mencionar que cada vivencia es diferente, cada una ha tenido experiencias distintas y hay algunas situaciones que hemos significado de distinta manera debido al contexto en el que cada una está inserta.

Siguiendo con María Luz Esteban y lo que define como identidad corporal, remitiéndose concretamente al género. Se observa con las entrevistadas un conflicto con su identidad de género, ya que el ser gorda en su momento, cuando más las conflictuó, las hizo comprender que no estaban reproduciendo las prescripciones sociales, discursos y representaciones sociales acorde a su identidad de género, en este caso el femenino. Hoy en la actualidad y como enfatiza Butler, el cuerpo es donde se encarnan las diferentes posibilidades históricas, en este caso, esta posibilidad actualmente es un cuerpo femenino sexualizado, delgado y sano. Lo que conlleva a que las personas gordas, específicamente las entrevistadas, sientan rabia, frustración y vergüenza, y que no surgen de la nada si no que están delimitadas culturalmente. Esta subjetivación de los estereotipos, discursos y representaciones es sin duda una especie de manual que se debe seguir al pie de la letra.

Pero actualmente, en el 2021, han surgido varios discursos y representaciones que llaman a dar un giro en la autopercepción del cuerpo, del yo y del otro entonces, el hecho de encarnar posibilidades históricas, también se realiza con el segundo itinerario corporal llamado *Empoderamiento* que hace referencia a la resistencia, transformación y cambio. Esto queda demostrado en el momento donde nosotras, (hablo de Valentina, Marcela y yo) damos un giro en nuestra subjetivación de nuestro cuerpo y pasamos de habitarlo con rabia o no comprenderlo, a dejar esos espacios por el de la aceptación y comprensión de que todos los cuerpos son diversos. Este giro como quiero llamarlo se realiza gracias al acercamiento y masificación del feminismo en nuestras vidas gracias en el contexto en el que vivimos, permitiendo tener acceso a esta información. Este empoderamiento produce una deconstrucción del poder a través de la afirmación, el decir “ya no lo odio tanto como antes”, “lo acepto más” o “ya no luchare incansablemente por llegar al peso ideal”, es sin duda una demostración de construir un poder positivo a nivel individual y social, provocando también una autotransformación y transformación política como indica la autora María Luz Esteban, ya que todo está en constante cambio.

Este análisis planteado por la autora y la utilización de estos dos conceptos revelan que el agenciamiento que tiene cada sujeto permite la transformación gracias a la experiencia y la práctica. Estas experiencias, para Valentina por ejemplo en la etapa de colegio de sentirse muy mal con su cuerpo, al entrar a la universidad y conocer el feminismo, para Marcela la cirugía

bariátrica, la performance y su “rebote”, en mi caso el haber vivido la violación y todo ese proceso de odio hacia mi cuerpo, hasta hoy, donde lo miro desde otro lugar, constituyen sin lugar a duda tránsitos reflexivos corporales que han permitido un cambio y así resistir.

El enfoque de género que tiene esta tesis es trascendental, ya que elegí hablar específicamente de mujeres gordas. En consecuencia, para Judith Butler la performance es el acto repetitivo de rasgos, gestos y actitudes que hacen del cuerpo una identidad sexuada, es a través del cuerpo donde el género y la sexualidad se exponen hacia otros. Estos rasgos, gestos y actitudes se pueden nombrar como un guion donde están escritas las normas culturales con sus determinados significados sociales, por lo tanto, el identificarse con el género femenino y su guion, especialmente en la adolescencia, las llevo y aun lleva a complicaciones al no poder, por ejemplo, bailar sin vergüenza, comprar una determinada ropa, ya que no hay otra opción, no sentirse deseadas o someterse a juicios de otras personas por el hecho de ser gordas.

Esto sin duda demuestra una desigualdad en lo que respecta a la discriminación y los distintos tipos de estas que existen, lo que para Butler deriva en una vida menos viable tal como lo son otras categorías como su etnicidad, sexo, morfología, entre otras, provocando lo que llama una “sede del poder” que no otorga reconocimiento a estas personas y su diversidad, si no que todo lo contrario se crean condiciones sociales para su discriminación, como por ejemplo los asientos pequeños en el transporte público o que las políticas públicas se preocupen solo de la persona gorda para que baje de peso.

Para Paul Preciado el género es una integración nunca acabada de elementos humanos/nohumanos cuando se trata de la constitución del cuerpo, en sus palabras lo que denomina ciborg, dentro de estos elementos no humanos se encuentran los diferentes usos de la tecnología que conjugan lo orgánico con lo artificial. Este régimen farmacopornográfico en esta tesis se ve reflejado en el Bypass que se realizó Marcela Cerda, aquí se usa la tecnología en post de intervenir su cuerpo y así lograr una imagen ideal sexualizada acorde a los flujos del capitalismo contemporáneo, donde estos flujos estimulantes como la dieta, que ha sido recetada para las tres, o en mi caso pastillas recetadas como quemador de grasa o alimentos light, están en pos de hacer del sujeto los más natural posible, el ser gordo se aleja de esa realidad para el

capitalismo contemporáneo, así ser natural es una exigencia, pero natural a costa de un consumo generalizado respaldado por el saber biomédico.

En consecuencia, la tecnología recibida por nuestros cuerpos y también buscada por nosotras para alcanzar la exigencia de ser natural corresponde también a un acto performático de la sociedad, esto nos indica e invita explícitamente a consumir esos determinados flujos estimulantes, no solo en nuestra adultez si no que como queda demostrado a las tres nos llevaron desde niñas al nutricionista, donde nos recetaron alimentos light y desde ese punto de partida comenzó un peregrinaje por distintos profesionales de la salud.

Dentro de estos peregrinajes, se descubre que es en la adolescencia donde más se evidencia la gordura como una problemática, es en ella donde el guion performático de género indica que se debe comenzar a cumplir con él, a seguirlo al pie de la letra, como infiere Aguado, es un proceso bio-psico-social, ya que lo biológico que ocurre en la adolescencia se entrecruza con las problemáticas psicológicas de dicha etapa etaria y con el “deber ser” impulsado por la cultura. En otras palabras, la adolescencia es un rito en sí mismo, debido a que corresponde a un proceso donde se deja de ser niña y se transita a la adultez, lo anterior permite evidenciar una problemática en esa edad, en consecuencia, se deja atrás una forma de percibir la vida material y surge una nueva, otorgada por la ideología a través de la identidad.

Lo anterior da pie para referirme al disciplinamiento del cuerpo y el saber biomédico, gracias a los resultados mostrados queda explícito el culto total hacia el cuerpo en el siglo XXI, demostrar que estamos cuidando de él es signo de una buena salud, otorgando un estatus diferenciado a los que no están en ese camino. Como ejemplo, mi madre aún sigue insistiendo que me haga la cirugía bariátrica, es algo sin duda cansador y sé que, si llego a decirle que sí, como todas las veces que hice dieta por ella, se quedará tranquila de que estoy haciendo algo por mi bien. Por lo mismo es extraño que este sistema de disciplina fomente el consumo, pero a la vez el control. Al final los beneficios del consumo son grandes tanto como el autocontrol, ya que este también crea consumo en áreas como la alimentación, deporte, cuidado estético y la sexualidad.

Para Michael Foucault hay diferentes tácticas para el disciplinamiento como lo son el ejercicio del poder y la verdad, en este caso el deseo de la delgadez es transversal en la sociedad occidental, esto responde a una verdad instaurada desde el discurso científico. En este caso el

discurso biomédico es importante para esta tesis ya que, la mayoría de las experiencias como personas gordas está atravesado por esta verdad, la ida al nutricionista, la vez que la JUNAEB me sacó de la sala para pesarme, el bypass de Marcela, la fobia a las agujas de Valentina o cuando dice que le gustaría bajar de peso no con fines estéticos sino por temas de salud, en consecuencia para ella el estar gorda, es estar en constante peligro, no estar sana corresponde a una patologización de los cuerpos gordos donde con el solo hecho de ser gorda se infiere que se está enfermo, o se despliegan diversos estereotipos, como cuando a Valentina no le creía que hacía deporte porque seguía siendo gorda, es sin duda un régimen de la verdad dónde está relacionado explícitamente el saber-poder.

En la misma línea el disciplinamiento del cuerpo responde a que se debe obtener un cuerpo dócil y productivo, el no serlo, provoca como explican las entrevistadas, problemas en el trabajo, como Marcela, que si hubiese sido delgada la habrían considerado para un aumento de grado en su trabajo. La vieron como una persona enferma, poco productiva, lenta y no útil para el sistema, esto sin duda es discriminación laboral, tal como también la viven las personas transgéneros o en situación de discapacidad. Por lo tanto, esto es un campo político puesto que el cuerpo está inmerso directamente en una estrategia de poder siendo el cuerpo también un objeto que debe ser dócil y sumiso, sumergiéndolo en un suplicio. Yo creo que ese suplicio queda explícito en los relatos que describí anteriormente y como infiere Foucault, “el cuerpo solo se convierte en fuerza útil cuando es a la vez cuerpo productivo y cuerpo sometido”. (2002, p.32)

El anatomopoder se ve reflejado en la forma que se educa y disciplina actualmente, ya sea en el colegio, donde Valentina si o si debía ocupar calzas, aunque no fuesen cómodas, o a Marcela cuando la llevan al psicólogo para ver por qué había subido de peso siendo aun una niña, también biopolítica donde se aplican políticas públicas que administran la vida de la población, como por ejemplo los programas Elige vivir sano. Estas dos dimensiones se denominan en conjunto como el biopoder creando estrategias de normalización en la sociedad.

En función de la biopolítica que estigmatiza los diferentes pesos corporales también los patologiza, desde los relatos hay claridad sobre esto ya que, en la consulta médica, sea cual sea, existen situaciones donde queda explícita la patologización, pero no tan solo en esos espacios sino también en espacios estudiantiles como la universidad. Es decir, las personas quedan

horrizadas con las personas gordas, infiriendo que tienen el derecho y deber de comentar que debes cambiar tu estilo de vida sin saber cuál es. Además, omiten que la gordura también es un tema de clase ya que afecta en niveles más altos a las personas de bajos recursos. El hecho de que no sea ocultable como explican Cuello y Contrera, hacen que se exacerbe el cuestionamiento a las nociones de salud, normalidad corporal y belleza, pero cuando los cuerpos se transforman, como en este caso donde las entrevistadas han cambiado su percepción, evidencian todas las afirmaciones naturalizadas desde lo cultural, social y biomédico.

El hecho de que la experiencia sea una elaboración subjetiva dirigida por lo social crea un ambiente propicio para la discriminación ya que está permitida socialmente.

En cuanto a las idealizaciones normativas se encuentra relacionada con la imagen ideal, desde la perspectiva de Kathya Araujo las significaciones y propósitos del ideal son múltiples, pueden servir para cohesionar, integrar, pero también pueden provocar malestar; estos ideales sociales son mostrados como un abanico donde son ofertados al sujeto, este los toma acorde a la identificación con esa imagen, por lo tanto, lo que hemos visto en la parte descriptiva, en el cambio de percepción, también surge como un ideal social, donde las entrevistadas y me incluyo nos sentimos identificadas con lo ofrecido por el feminismo, ya que nos sentimos identificadas con un discurso, es así que cambia nuestra aspiración con el yo ideal, pasando de odiar nuestro cuerpo y tener un deseo intrínseco con la delgadez a reivindicarlo desde los espacios del amor propio o la resistencia, todo esto gracias a la experiencia de cada una.

Pero aun así estos ideales sociales antes de su resignificación han afectado duramente en las vidas de las personas gordas que actualmente participan en esta tesis, donde se explicará como influye en las emociones, pero antes, el saber-hacer nunca se encuentra desvinculado con el deber ser, la acción de los sujetos siempre se vincula con lo que se aspira a ser. En consecuencia, los ideales y las normas siempre se relacionan con la experiencia social, es por eso que el impacto que tienen estos ideales, son diversos ya que dependen de cada experiencia personal, pero no por eso son esencialmente distintos.

En cuando a las emociones que se descubrieron y con el fin de responder la pregunta de investigación ¿Cómo inciden en la actualidad las idealizaciones normativas, en la construcción de las emociones en mujeres de cuerpos, en Chile? me aventuro a responder que estas inciden

de dos maneras dependiendo la etapa donde se encuentran las entrevistadas, no me atrevo a hacer una mirada general de lo que sucede a nivel país, pero sí creo que las experiencias individuales remiten a una experiencia social más amplia, pero esta incidencia tiene dos matices, uno negativo y otro positivo.

El negativo es en función de las emociones, ya que estos ideales la mayoría de las veces ocasionan emociones negativas, como la frustración, pena, odio, rabia e incluso depresión, sin olvidar que estas también están definidas por un contingente cultural que también las define, o sea, se sienten de esa manera debido a la visión que le otorga la sociedad al ser gorda, por lo tanto, la construcción de las emociones si está afectada por la imagen ideal, ya que el no alcanzarla provoca frustración.

Y positivo en el sentido de que, como he escrito anteriormente, debido al cambio de percepción, surgen emociones y sentimientos como el amor, tranquilidad y aceptación. Quizás no son emociones tal y como lo explica Le Breton, pero si son sentimientos que apaciguan un malestar, que muchas veces se ha vivido casi toda la vida, el darse cuenta de que estos ideales suelen ser dañinos para un tipo de persona, en este caso, el ser gorda, provoca una liberación sin precedentes, una especie de soltar las cadenas que muchas veces tuvieron de prisionero al cuerpo.

Capítulo VI: Conclusiones

En conclusión, la idea principal de esta investigación era hacer un cruce entre cuerpo, ideales normativos y emociones, dentro de los objetivos específicos, que son identificar, descubrir y describir se termina analizando como influyen las idealizaciones normativas en la construcción de las emociones, dichos objetivos se cumplen gracias al método biográfico empleado. Quizás no se hace una línea temporal histórica de las entrevistadas, pero si se logra hacer una separación por criterios temáticos; sin ese método ni el relato de vida y lo que éstos proporcionan, no hubiese llegado al análisis que realicé anteriormente, por lo tanto, el método biográfico resulta pertinente.

Dentro de los principales hallazgos de la investigación, se descubre que es en la adolescencia donde más acompleja ser gorda, ya que hay una conjunción desde una mirada bio-psico-social

que permite un llamado terremoto de emociones, experiencias y vivencias. Es así como la adolescencia es un rito de paso acorde al cuerpo y sus cambios, es en esa etapa donde la femineidad y la imagen ideal juegan un rol constitutivo en la construcción de la identidad.

Otro hallazgo es el cambio de percepción que tienen las entrevistadas (incluyéndome) gracias al acceso de información relacionada al feminismo, provocando una identificación con ese discurso y sus representaciones en cuanto a la imagen corporal. Esto es importante, teniendo consecuencias directas en la vida y su cotidianeidad, dejando atrás la imagen negativa de odio, quizás no en su totalidad, pero si existe un cambio en la autopercepción.

Por último, con el fin de concluir esta tesis, las emociones si se ven impactadas por los ideales normativos ya sea de manera negativa, pero también de forma positiva, como describí anteriormente, por lo tanto, se da respuesta a la investigación y se cumplen los objetivos propuestos.

Esta investigación tuvo limitaciones propias de vivir una pandemia, el hecho de no poder hacer etnografía hizo que el universo muestral haya sido acotado, por lo tanto, queda para investigaciones futuras, la utilización de este método para ampliar el universo muestral, pero también el hecho de descubrir que la adolescencia es donde más se problematiza el cuerpo gordo en mujeres, sería interesante acudir a colegios, donde se pueda ahondar sobre este tema y también problematizar gracias a las cualidades que brinda ese espacio para una posible intervención informativa. También podría surgir un estudio comparativo entre las vivencias de mujeres de cuerpos gordos y hombres de cuerpos gordos, así descubrir que puntos son similares y cuales marcan diferencias.

El aporte dentro de la disciplina antropológica es poner en manifiesto la importancia de ampliar el objeto de estudio de dicha disciplina, así ayuda a enriquecer el conocimiento sobre el cuerpo y las diversidades de él, comprendiendo que es un tema que compete fundamentalmente a la antropología ya que se entiende que cada concepción del cuerpo varía según su contexto cultural e histórico. Es así como esta investigación es un aporte a la disciplina ya que otorga una mirada antropológica transdisciplinaria, sobre los cuerpos gordos, estudios que son reducidos en la actualidad, algo raro, hoy, hay millones de personas que tienen problemas con su peso.

Realizar esta tesis, es sin duda un desafío personal, un tránsito para también la comprensión de mi propio cuerpo, pero también, en función de problematizar estos temas que prácticamente en Chile, desde la antropología, son poco estudiados.

Capítulo VII: Referencias bibliográficas

Aguado, C. (s.f.) *Cuerpo Humano Identidad e Imagen corporal*

Andréu, J. (2000). Las técnicas de análisis de contenido: una revisión actualizada. *Fundación Centro de Estudios Andaluces*, 10 (2), 1-34.

Araujo, K. (2009a). Configuraciones de sujeto y orientaciones normativas. *Psicoperspectivas*, VIII (2), 248-265.

Araujo, K. (septiembre - diciembre de 2009b). El derecho, los sujetos encarnados y la experiencia social. *Civitas - Revista de Ciencias Sociales*, 9(3), 418-439.

Arfuch, L. (2007). *El espacio biográfico*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Administración, economía, humanidades. Colombia: Pearson Educación.

Breton, D. L. (1990). *Antropología del cuerpo y la modernidad*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

Butler, J. (2004). *Deshacer el género*. Nueva York: Routledge.

Contrera, L. Cuello, N. (2016). *Cuerpo Sin Patrones, Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Buenos Aires: Madre Selva.

Cornejo, M. (2006). El Enfoque Biográfico: Trayectorias, Desarrollos Teóricos y Perspectivas. *PSYKHE*, 15(1), 95-106.

Costa, F. (2008). El dispositivo fitness en la modernidad biológica. *Democracia estética, just-in-time, crímenes de fealdad y contagio*. Jornadas de Cuerpo y Cultura de la UNLP. La Plata. Obtenido de

http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.647/ev.647.pdf

Compagnoli, M. (2016). Feminismos descentrados: Paul B. Preciado leído desde América Latina. *Nueva Sociedad*(265), 89-102.

doi:http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.8637.pdf

Contrera, L. & Cuello, N. (2016). *Cuerpos sin patrones Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Buenos Aires: Madre Selva.

Cotán, A. (2012). Investigación-participación e historias de vida, un mismo camino. Conference: III Jornadas sobre Historias de vida en educación.

Diaz Guzmán, M. D. (junio de 2008). Obesidad y autoestima. *Enfermería Global*, 7(2), 1-10.

El Confidencial. (03 de 04 de 2020). ¿Atracas la nevera durante la cuarentena? Sigue estos trucos para perder peso.

Ellis, C. Adams, T. & Bochner, A. (2015). Autoetnografía: Un panorama. *Astrolabio*, vol 14.

Encalada, V. & Vasco, M. (2017). *Cuerpo y reinados de belleza, construcción social y estética del cuerpo femenino para el concurso reina de Ambato basado en parámetros de belleza occidental*. Quito: Pontificia Universidad Católica de Ecuador.

Energici, M. & Acosta, E. (2020). El estudio de la obesidad y la gordura desde la sociología y la psicología social. *Athenea Digital*, 20(2).

Esteban, M. L. (2004). *Antropología del cuerpo, Genero, Itinerarios corporales, Identidad y cambio*. Barcelona: Edición Bellaterra.

Fernández, A. M. (2011). *Antropología de las emociones y teoría de los sentimientos*. *Revista Versión Nueva Época*. (26), 1-24.

Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina.

García, I. (septiembre de 2016). *Género, gordura y feminismo. La experiencia de mujeres feministas en la CAPV*. Universidad del País Vasco.

Goldstein, E. (2019). *Políticas contra de la obesidad en Chile: Reconocimientos y falencias*. Obtenido de https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/27525/2/BCN__Obesidad_la_politica_publica_en_Chile_Final.pdf

I. Jáuregui Lobera, M. R. (2008). *Influencia de los estereotipos en la percepción de la obesidad*. *Nutrición Hospitalaria*, 23(4), 319-325.

Le Breton, D. (2002). *La sociología del cuerpo*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión SAIC.

Le Breton, D. (2012). *Por una antropología de las emociones*. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad* (10), 69-79

María Inés Romero, C. A. (2008). *Programa de tratamiento de la obesidad: Alimentación saludable y actividad física (en adultos, niños y adolescentes) y obesidad mórbida*. Santiago: Ministerio de Salud.

Martín, M. (2002). *La tiranía de la apariencia en la sociedad de las representaciones*. *Revista Latina de comunicación Social*, 1-17.

Mauss, M. (1979). *Sociología y antropología, Técnicas de movimientos corporales*. Madrid: Editorial Tecnos.

Montero, J. (2001). *Obesidad: una visión antropológica*. Buenos Aires: Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires.

Moreno, P. (2015). *Subjetividad femenina y gordura. Una perspectiva desde los estudios culturales y de género*. Santiago: Universidad de Chile.

Moreno, M. L. (2015). *Una historia de gordxs Breve análisis sobre los dispositivos de normalización de los cuerpxs. Jornadas: Discurso y poder: Foucault, las ciencias sociales y lo jurídico*. Buenos Aires: Universidad de Lanús.

Organización Mundial de La Salud. (2004). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Ginebra: OMS.

Pujadas, J. J. (2000). El método biográfico y los géneros de la memoria. *Revista de Antropología Social*. (9), 127-158.

Quirós, G. (2019). *Gordofobia: Efectos Psicosociales de la Violencia Simbólica y de Género Sobre los Cuerpos*. Heredia: Universidad Nacional.

Ramírez, A. (2017). *Cuerpos en escena. Materialidad y cuerpo sexuado en Judith Butler y Paul B. Preciado de Martín A. de Mauro Rucovsky*. Iconos. *Revista de Ciencias Sociales*, 1-6.

Salinas J, C. A. (2007). *Vida Chile 1998–2006: resultados y desafíos de la política de promoción de la salud en Chile*. *Revista Panamericana de la Salud Publica*, 21(2/3), 136-144.

Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F: INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Sossa, A. (2011). Análisis desde Michael Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo. *Revista de la Universidad Bolivariana*, 10(28), 559-581.

Vigarello, G. (2005). Historia de la belleza: El cuerpo y el arte de embellecer desde el Renacimiento hasta nuestros días. Buenos Aires: Editorial Nueva Visión.

Anexos

Operalización.

| Concepto | Dimensión | Subdimensión | Indicadores | Pregunta entrevista |
|------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|--|---|
| Discriminación cuerpo gordos | Disciplinamiento del cuerpo | Patologización de cuerpos gordos | Dieta - Operaciones Mercantilización de productos de dieta y belleza – drogas para bajar de peso | ¿a qué edad fue tu primera dieta y que piensas de ella ahora? ¿Qué relación tienes con los productos de dieta y belleza? ¿has consumido drogas para bajar de peso o realizado operaciones? |
| | | Saber Medico | Políticas de estado - Ejercicio físico Enfermedades - Alimentación | ¿en qué etapa de tu vida acudiste o te llevaron al nutricionista/médico y en que termina? ¿has tenido experiencias ingratas en la consulta médica? |
| | Espacio físico | Públicos | Espacios abiertos Espacios cerrados Espacios de consumo Espacios de recreación Vestimenta usada en espacios públicos | ¿has sentido discriminación en el espacio público? Ya sea transporte, espacios educativos, mall etc. ¿Qué tipo de discriminación? ¿Cómo te sentiste? ¿le has limitado a ocupar cierta vestimenta y porque crees que lo has hecho? |
| | | Privado | vestimenta - Aspecto fisico-estética Condición física - Debe taparse - ocultarse | ¿que sentir tienes sobre tu aspecto físico y como ha ido cambiando con el paso del tiempo? |
| | | laborales-estudiantiles | Dificultad para encontrar trabajo Bullying - Chistes - Poco productivo | ¿has tenido dificultad para encontrar trabajo? ¿en tu adolescencia como fue la relación con tu cuerpo y colegio? |
| | Espacio simbólico | Estético | Aspectos positivos del cuerpo Aspectos negativos del cuerpo | ¿Qué aspectos positivos consideras de tu cuerpo? |

| | | | | |
|--|------------|-----------------------|--|---|
| | | Condición física | Cuerpo desproporcional - Sobrante Sedentario | ¿Cómo ha ido cambiando tu percepción hacia tu cuerpo? ¿Cómo lo consideras? |
| | | Términos psicológicos | Baja autoestima - Depresión - Falta de autocontrol Mal manejo de la ansiedad – Flojera - Descontrol | ¿te consideras una persona con depresión, baja autoestima, ansiosa, descontrolada y floja? ¿Qué sientes al escuchar que las personas gordas las encasillan con esos términos? |
| | Por genero | Pautas de genero | Belleza física - Deseo de delgadez Consumo de productos Mercantilización - Estereotipos | ¿Cuál es tu relación con el deseo de la delgadez y los estereotipos? ¿Cómo han afectado en tu vida? ¿respecto a tu identidad de género como relacionas ser mujer y ser gorda? ¿Cómo ha ido cambiando esta percepción? ¿encuentras que es diferente ser hombre que se considera gordo? |
| | | Identidad de genero | Sexual – gestos – rasgos - actitudes | |

| Concepto | Dimensión | Subdimensión | Indicadores | |
|----------|---------------------------|--------------------------------------|---|--|
| Cuerpo | Idealizaciones normativas | Por experiencia | relación con la norma, el deber ser acontecimientos, características, circunstancias | ¿Cuál es tu relación con la norma de acorde a tu experiencia? ¿En qué edad o circunstancia te afectaron más? ¿Cómo lo caracterizarías? |
| | | Por identificación | con la imagen ideal, significación, acción del sujeto, cómo se expresa, características | ¿Cómo te identificas con la imagen ideal?, que significado le das al cumplimiento o no cumplimiento de ella. ¿Como se expresa? ¿Cómo ha ido cambiado de acorde a tu vida? ¿Qué acciones realizas o realizabas para el cumplimiento de la imagen ideal? |
| | | Construcción social de la norma | medio de comunicación, educación, familia, ciencia, lenguaje, discurso, cultura, imágenes | ¿Cómo te ha afectado tu familia en la concepción de tu cuerpo? ¿Cómo también los medios de comunicación, ciencia, cultura, lenguaje? ¿Qué piensas sobre los actuales movimientos que están en contra de la gordofobia? |
| | Emociones | Construcción social de las emociones | moral valores, cultura, lenguaje, educación | ¿Cómo crees que ha afectado en tu vida la moral, los valores, la cultura y el lenguaje sobre la percepción de tu propio cuerpo? |
| | | Experiencia emocional | acontecimientos, Vivencia, historia de vida | ¿de acorde a tu experiencia emocional, en que edad te afecto o no ser gorda? ¿con que emoción la describirías? ¿crees que ser |

| | | | | |
|--|--|------------------------|--|--|
| | | | | gorda condiciono una emoción sobre tu cuerpo? |
| | | Tipos de emociones | Emociones positivas Emociones negativas Emociones paralizantes Emociones movilizadoras | ¿en que momento de tu vida has tenido una emoción positiva sobre tu cuerpo? ¿esa emoción se ha ido modificando? ¿Qué situación de discriminación sobre tu cuerpo te ha paralizado? ¿Qué emoción sobre tu cuerpo te ha movilizado para cambiar la percepción de tu cuerpo? ¿Cuándo has cambiado la percepción que emoción destaca? |
| | | Expresión de emociones | Emociones reprimidas Emociones expresadas Lugar donde se expresan Forma de expresarlas Personas con las cuales se expresan (edad, género, relación de cercanía, familiares, amigos/as) | ¿Qué emociones han sido reprimidas? ¿Cuáles han sido expresadas? ¿en que lugares han sido expresadas? ¿de que forma han sido expresadas? ¿con que personas ha sido expresada? |