

Gordofobia y gordafobia como expresión de violencia de género

Gordofobia and fat phobia as an expression of gender violence

Bernal Solano, Leidy Marcela

 **Leidy Marcela Bernal Solano**

psp.marcelabernal@gmail.com

Universidad Autónoma Latinoamericana,
Colombia

Revista Kavilando

Grupo de Investigación para la Transformación
Social Kavilando, Colombia

ISSN: 2027-2391

ISSN-e: 2344-7125

Periodicidad: Semestral

vol. 16, núm. 2, 2024

revista@kavilando.org

Recepción: 02 octubre 2024

Aprobación: 20 diciembre 2024

Doi: [10.69664.kav.v16n2a511](https://doi.org/10.69664.kav.v16n2a511)

Resumen:

El presente artículo es derivado del proyecto de investigación A las gordas solo las quiere la mamá. La gordofobia como violencia de género: Disciplinamiento, control y resistencias sobre el cuerpo de las mujeres, para optar al título de Magíster en Educación y Derechos Humanos. El trabajo surge del interés por develar la gordofobia como un tipo de violencia basada en el género que opera de manera particular sobre los cuerpos de las mujeres; para ello se realizó un análisis de los planteamientos de activistas gordas como Laura Contrera, Magdalena Pyneiro, y el activista también gordo Nicolás Cuello, que abren debates que tienen como centro la experiencia propia de habitar un cuerpo atravesado por la ruptura de la norma de la delgadez, así como la experiencia de la autora, mediante un ejercicio de foto biografía. El texto permite señalar las instituciones que inciden en las diferentes etapas del desarrollo, para generar en las mujeres el miedo a la palabra gorda, la presión para realizar acciones para ocultar o desaparecer la gordura y el privilegio del cuerpo gordo masculino frente al cuerpo gordo femenino, dando lugar a planteamientos que permiten develar el dispositivo de control basado en la tensión gordura-delgadez.

Palabras clave: Cuerpo gordo; Gordofobia; Violencia de género; Cultura de la delgadez.

Abstract:

This article is derived from the research project Fat women are only loved by their mothers. Fatphobia as gender violence: Discipline, control and resistance to women's bodies, to qualify for the Master's degree in Education and Human Rights. The work arises from the interest in revealing fatphobia as a type of gender-based violence that operates in a particular way on women's bodies; for this purpose, an analysis was carried out of the approaches of Fat activists such as Laura Contrera, Magdalena Pyneiro, and the also fat activist Nicolás Cuello, who open debates that have as center the personal experience of inhabiting a body crossed by the breaking of the norm of thinness, as well as the author, through a photo biography exercise. The text allows us to point out the institutions that influence the different stages of development, to generate in women the fear of the word fat, the pressure to take actions to hide or make fatness disappear and the privilege of the fat male body over the fat female body, giving rise to approaches that allow us to reveal the control device based on the fat-thin tension.

Keywords: Fat body; Fat phobia; Gender violence; Culture of thinness

Una cultura obsesionada con la delgadez femenina no está obsesionada con la belleza de las mujeres. Está obsesionada con la obediencia de estas. La dieta es el sedante político más potente en la historia de las mujeres: una población tranquilamente loca es una población dócil.
Naomi Wolf

Introducción

El presente artículo deriva del proyecto de investigación *A las gordas solo las quiere la mamá. La gordofobia como violencia de género: Disciplinamiento, control y resistencias sobre el cuerpo de las mujeres*, desarrollado en el marco de la línea de investigación “Feminismo, género, interseccionalidad y sujetos políticos” como requisito para el título de magíster en Educación y Derechos Humanos de la Universidad Autónoma Latinoamericana. El interés fue develar las formas en que opera la gordofobia como una expresión o un tipo de violencia basada en el género que recae sobre el cuerpo de las mujeres, lo anterior teniendo en cuenta que el cuerpo desde los ideales de la estética, salud y belleza, ponen en tensión las corporalidades al situarlo dentro de estándares comparativos relacionados con las dualidades: sano-enfermo, agradable-desagradable y gordo-delgado; es así que, socialmente se construyen estereotipos que giran en torno a un “cuerpo ideal”, como resultado o consecuencia de los patrones culturales patriarcales de la belleza, mediante los cuales se producen presiones para el cumplimiento de las expectativas sociales.

Así pues, la investigación ha permitido realizar un análisis acerca de las formas de presión sobre los cuerpos, puntualmente los gordos y de las mujeres, con el propósito de visibilizar la gordofobia como una tecnología de poder que actúa desde los ideales de estética y belleza incorporados de manera histórica, social y cultural establecidos a través de mecanismos de control que inciden en la corporalidad y, que dan lugar a los actos de fobia, siendo así el cuerpo gordo sujeto de discriminación a partir de dichos ideales.

Miradas culturales sobre los cuerpos ligadas al peso

Es importante identificar que las dinámicas en torno al cuerpo, su percepción, aprobación o rechazo según las características vinculadas al peso, tienen connotaciones culturales y contextuales, a partir de las cuales se han desarrollado una serie de presiones sociales que lo sitúan como un producto de consumo, de manera puntual los cuerpos de las mujeres sometidos al escrutinio masculino y para su beneficio, en sociedades predominantemente heterosexuales.

Un ejemplo de esto se ve reflejado en prácticas como *el leblouh* implementada en el continente Africano en países como Argelia, Burkina Faso, Níger, Malí y Mauritania; esta consiste en incentivar acciones que contribuyen a aumentar el peso de las niñas para que con el paso del tiempo y cumpliendo con un estándar de peso corporal alto puedan obtener la aprobación de los hombres para ser consideradas como posibles esposas, lo anterior con base en argumentos en donde se considera que si el cuerpo es más gordo obtiene una mayor aceptación de la mirada masculina al verlo como una corporalidad grande y fuerte. Por esta

razón, en África existen lugares denominados granjas para engordar, allí las mujeres mayores se encargan de alimentar a las niñas con alimentos que contienen altos contenidos calóricos que facilitan la obtención de varios kilos, generando así que ellas alcancen un peso corporal en gran cantidad.

En una entrevista de la BBC NEWS a una de las mujeres que se encuentra a cargo de las granjas para engordar, ella relata la cotidianidad vivida en estos lugares:

"Les hago comer muchos dátiles, mucho cuscús y otros alimentos que engordan", explicó. "Las hago comer, comer y comer. Y luego beber mucha, mucha agua". "Les hago hacer esto toda la mañana. Luego descansan. Por la tarde comenzamos de nuevo. Hacemos esto tres veces al día: en la mañana, en la tarde y en la noche", detalló Fatematou para el ahora extinto programa The World Today del Servicio Mundial de la BBC. (Paredes, 2020).

Se observa allí un ejercicio de dominación sobre el cuerpo de las mujeres africanas con el fin de obligarlas/forzarlas a ajustarse a un molde cultural que sitúa al cuerpo femenino para la complacencia y aprobación masculina e, invisibiliza la voz de las mujeres en el derecho a decidir sobre el cuerpo, como es el caso de las niñas obligadas al matrimonio infantil precoz. Con relación a esto, el mismo diario señala que,

El 50% de las niñas en Níger, otra nación donde la alimentación forzada es común, se casan antes de los 18 años; en Malí, el país de Dedeou, la porción de niñas casadas antes de cumplir una edad adulta alcanza el 55%. (Paredes, 2020)

Lo anterior, permite visibilizar el impacto que tiene la práctica del *Leblouh* como un requisito para el acceso al matrimonio, lo que obliga a las mujeres a realizar esfuerzos que pueden poner en riesgo su vida y su dignidad.

Además, fuera del territorio de África, de manera general se sitúan prácticas como el *Feederismo*, el cual es catalogado como un fetichismo sexual que consiste en alimentar de manera excesiva a la pareja (generalmente la mujer), con el fin de aumentar la grasa corporal para obtener una mayor excitación durante las prácticas sexuales. Al respecto de esta práctica, en una de las publicaciones del blog El mundo, el periodista Álvaro Celorio (2018), citando a la sexóloga María Esclápez, menciona que:

Dar de comer a la feedee (alimentada) es lo que excita al feeder (alimentador). «Normalmente hasta que la persona alimentada no pueda ni moverse ni valerse por sí misma y tenga que estar postrada en una cama las 24 horas del día», cuenta la sexóloga. Hasta que la mujer supera los 300 o 400 kilos. «Es muy curioso ver que en la mayoría de parejas que practican el feederismo, el que alimenta es hombre y la alimentada es una mujer», señala Esclápez. Hacemos una rápida búsqueda en Google. Efectivamente, en videos de YouTube y numerosos blogs, las imágenes que abundan son de mujeres sentadas ante grandes banquetes y hombres, bien gentilmente, bien a través de embudos, dando de comer a sus sumisas.

Teniendo en cuenta que en el *feederismo* prevalece el accionar por parte del hombre para alimentar a las mujeres, este sitúa al cuerpo femenino en un lugar de sumisión que debe retribuir al hombre desde el placer sexual. Esta serie de prácticas evidencian la concepción

del cuerpo femenino como un objeto para la aprobación masculina en lo visual, sexual y para la aspiración matrimonial; siendo así, una práctica que contribuye a un sistema de dominación patriarcal que niega a las mujeres la posibilidad para decidir sobre su propio cuerpo y en este caso el disfrute de su propia corporalidad.

Cuerpos que desobedecen los cánones de belleza vs gordofobia en la cotidianidad

Este inicio del artículo, que nos ubica en África y la descripción de prácticas culturales relacionadas con una mirada del cuerpo gordo, atravesada además por su erotización, nos permite venir a nuestro contexto y reconocer el contraste con Occidente, por la ubicación, lectura y valoración del cuerpo gordo para nuestra sociedad.

De manera constante, el cuerpo gordo es objeto de observación en torno al aspecto, forma o tamaño de acuerdo con los ideales estéticos, siendo considerado una corporalidad que no cumple con los cánones de belleza establecidos socialmente y que por lo tanto está sujeto a constantes acciones de vigilancia y disciplina con base en una construcción cultural patriarcal. Con ello se hace referencia a la gordofobia caracterizada como la discriminación en función del peso corporal que censura aquellos cuerpos que rompen con el patrón de peso considerado normal en términos de índice de masa corporal (IMC)ⁱ reflejado en una báscula o que visualmente no se encuentran dentro de la norma de la delgadez.

La gordofobia desde perspectivas como la indicada por la activista gorda argentina Laura Contrera, en compañía del activista gordo Nicolás Cuello,

[...] no es meramente una experiencia traumática de cada una de las biografías existenciales que la vivencia, sino una compleja matriz de opresión que involucra una multiplicidad de aparatos de control biopolíticos que tienen por objetivo la eliminación material de las corporalidades gordas, ya que son entendidas como una enfermedad de escala global que pone en riesgo o empeora la calidad de vida de la población, deformando el propio límite del cuerpo a causa de un consumo excesivo de alimentos. Estos mecanismos de control y producción normada de los cuerpos logran hacerse efectivos mediante el despliegue de violencia física y emocional. (Contrera & Cuello, 2016, p.38)

Así pues, aunque la gordofobia se experimenta de forma individual e incluso debido a que no es nombrada suficientemente se considere un asunto aislado, esta es experimentada por amplios sectores de personas, mujeres para nuestro caso, donde, además, aunque se piensa que el problema son esos cuerpos y su forma de aparecer, el llamado es a mirar que el problema está en el exterior, en los principios, valores y normas estéticas propuestas mediante la acción de las diferentes instituciones y sus discursos de saber-poder. Estos tienen como objetivo “eliminar”, lo cual se lleva a cabo mediante órdenes orientadas a borrar, tapar, ocultar, disminuir, basadas principalmente en discursos patologizantes, lo cual se convierte en la vivencia cotidiana de violencias explícitas y simbólicas.

Con respecto a esto, en los planteamientos de las activistas gordas/os y, en círculos de palabras con mujeres gordas colombianas, surgen reflexiones a partir de las cotidianidades en las que se da la vivencia de experiencias gordofóbicas, las cuales implican daños físicos y

emocionales porque se instala el miedo a no encajar. Un ejemplo de esto tiene que ver con el diseño de los espacios públicos, las sillas en el transporte público que pareciera que estuvieran diseñadas de manera exclusiva para personas delgadas, siendo esto un hecho que desconoce la diversidad corporal. Diseños de espacios reducidos que además se acompañan de la mirada social que aísla al cuerpo gordo, porque quienes están en su entorno pueden sentir que su espacio es invadido derivado del tamaño de ocupación del cuerpo.

En el proceso investigativo del que se da cuenta hizo parte mi experiencia como mujer gorda y la necesidad de hacer partícipe mi voz con relación a la gordofobia, por lo que puedo afirmar que “a mí también”, como lo han vivido otras mujeres a lo largo de los diferentes ciclos de vida en la medida que se han dado los cambios corporales. En mi trabajo hice uso de la fotobiografía, que:

No se trata, pues, de tomar fotografías nuevas, sino de que el sujeto de investigación seleccione entre las que ya tiene, para indagar el tema de investigación. La técnica de la fotobiografía, pone al investigador cerca del carácter humanista de la investigación cualitativa. Es viajar con el sujeto que se investiga, a medida que este va narrando sus hallazgos, en un trayecto cuidadoso y atento a lo que el investigador requiere saber. (Álvarez y Jurgenson, 2003, p.121).

Con el uso de esa técnica realicé un recorrido/recuerdo por diferentes etapas y momento de mi vida, con el fin de percibir y comprender, mi historia en relación con mi cuerpo en su proceso de devenir en cuerpo gordo y donde las diferentes instituciones en medio de las cuales nos relacionamos tienen injerencia sobre nuestras vidas y concepciones. Esta es una descripción de mis vivencias, en un primer momento en el contexto de la escuela, donde se da cuenta de las percepciones tan diferentes que se pueden dar entre quien habita un cuerpo gordo y otro que lo observa y se atribuye el derecho de opinar:

Para el año 2008 los cambios se hacían más evidentes, el peso iba aumentando, mi cuerpo y rostro cada vez se hacían más anchos, y para mí, no representaba un cambio brusco o novedoso, mi cuerpo sentía tranquilidad y los cambios no parecían sustanciales, pero luego...Luego, llegaba ese momento de observar en fotos (...) a una estudiante feliz consigo misma, pero, que debía enfrentarse al constante saludo de una de sus maestras con las mismas palabras “Mire como se está engordando” “Tiene que cuidarse” (Irónicamente las palabras no venían de una persona con el cuerpo más esbelto).

Otra institución es la que tiene que ver con los ritos de paso en algunas de las etapas de la vida, en mi caso, como en el de la gran mayoría de mujeres en mi contexto, fue crucial el momento de cumplir 15 años, que es sin duda uno de los acontecimientos en la vida, en los que se nos expone ante los demás, en la calidad del ser mujer y se podría decir por la forma como se hace, de exposición para ser elegida.

El rostro que observo en mis fotos, más allá de sentir ternura conmigo misma, que amaba sentir su cabello, su color de piel, pasaba a que esa tranquilidad se viera desequilibrada con la búsqueda de prendas bonitas para el uso en la fiesta de 15 años o para la búsqueda de un vestido que era difícil encontrar en una talla que socialmente estaba estandarizada y dificultaba encontrar el vestido ideal.

Aquí se avizora la incidencia de dos instituciones, en primer lugar, la posibilidad de que cualquier persona, en cualquier lugar y sin haberlo pedido, se atribuya el derecho de observar y opinar sobre nuestros cuerpos; en segundo lugar, lo que nos espera al momento de enfrentar el mercado de la moda, las tallas únicas o la frase de *no hay ropa para usted*.

Para encajar en este vestido debía someterme a mis primeras dietas, el consumo de batidos milagrosos, la sopa de pimentón para bajar de peso, las rutinas de ejercicio, etc.; recordando de manera puntual el uso de la acupuntura que me obligó a suspender drásticamente un 80% de alimentación que tuvo como reacción una pérdida de peso de 6 kilogramos en una semana, y que así mismo tuvo como reacción una descompensación corporal y un miedo de consumir algún alimento que no estuviera estrictamente señalado en aquella lista de alimentación, una lista que me hacía incluso extrañar alimentos que se supone “Las gordas no consumimos” como las frutas y los frutos secos, eran alimentos que mi cuerpo necesitaba y que debía negarme a consumir.

Lo señalado permite observar que la gordofobia actúa como un dispositivo de control, mediante la intervención de diversas instituciones en diversos contextos, instituciones como la educación y la medicina en donde en gran parte se promueve la cultura de la delgadez mediada por un tipo de violencia y presión hacia el cuerpo del ser humano y de manera específica a la corporalidad de la mujer para evitar ser gordas o dado el caso dejar de ser una persona gorda. De ahí que busquemos en momentos o etapas de la vida, debido a la incorporación del miedo y la propia censura, tomar medidas como las ya descritas. Para ello la institución médica estará alerta a presionar y justificar esos procesos.

Control médico y exigencias estéticas

A partir de experiencias compartidas por 627 mujeres que respondieron a un formulario de Google form y donde 189 manifestaron que en la infancia recibieron mensajes de personal médico sobre su cuerpo para que no engordara y 154 referenciaron que se dio la situación en la adolescencia, se encuentran vivencias en donde por parte de personal médico se atribuye el poder de proponer u ordenar consultas que no son solicitadas con relación al peso, dando lugar a espacios de imposición sobre el cuerpo y la adecuada apariencia que este debiera tener, de esta manera se ejerce una presión que confronta en la mayoría de casos a las mujeres para la toma de decisiones que faciliten el “borrar” o “desaparecer” aquello que se considera que al cuerpo le está sobrando.

Es así como el cuestionamiento hacia el cuerpo conlleva a los procedimientos estéticos, como los que describí en mi experiencia, en donde se refleja un antes y un después de forma rápida y efectiva para eliminar lo sobrante del cuerpo o para agregar lo que hace falta; de esta manera, se incentiva la realización de procedimientos tales como: La liposucción, baypass gástrico, postura de implantes, métodos invasivos, cirugías cosméticas, etc.; siendo estos procedimientos una búsqueda hacia la perfección del cuerpo. Al respecto, Elsa Muñiz señala:

Por lo tanto, para explicar el proceso de socialización entre el mundo real y los mundos posibles creados por la cirugía cosmética, me parece imprescindible acercarme a lo más inmediato, concreto y palpable, a las prácticas corporales y a los significados atribuidos a partir de lo que se espera obtener de ellas. Las prácticas corporales quirúrgicas, a las que nos referimos aquí,

constituyen sistemas dinámicos de acciones específicas encaminadas a la transformación de la corporalidad de los sujetos para alcanzar las representaciones de la belleza y la perfección requeridas por las sociedades contemporáneas, de ahí que haya una diversidad de prácticas quirúrgicas y cosméticas a las que mujeres y hombres recurren en diferente medida dependiendo de estas exigencias. Actúan como disciplinadoras del cuerpo individual y en gran medida como mecanismos reguladores del cuerpo colectivo en tanto se han convertido en prácticas masivas. (Muñiz, 2012, p.121).

Es así que la gordofobia conlleva a que las personas con cuerpos gordos vivencien el según el cual “algo en su cuerpo sobra, que continuamente algo no encaja”, y que esto desde la lectura o mirada del otro debe ser corregido y que continuamente está presente mucho más allá de lo que los imaginarios sociales creen que pueden estarlo.

Esta investigación ha estado atravesada también por la lectura de la feminista y activista gorda Chilena Magdalena Pyneiro, quien continuamente denuncia las acciones gordofóbicas y las violencias hacia el cuerpo, para esto es importante resumir los aspectos que la autora propone en el libro “10 gritos contra la gordofobia” (2019), en donde es destacable lo siguiente: La palabra gorda no es un insulto, la autoestima no es una cuestión de actitud, el cuerpo gordo no da asco, la salud es solo una excusa, la representación es importante, no tenemos que esconder nuestro cuerpo gordo, recomendar dietas es violencia, las decisiones sobre el cuerpo deben ser basadas desde el amor y no desde el odio, es necesaria la alianza gorda, las personas gordas tenemos derecho a existir. En entrevista con el diario La Vanguardia (2019), Magdalena Pyneiro señala que, “La gordofobia es una opresión omnipresente, ocupa todos los espacios todo el tiempo, excluye y violenta”.

La gordofobia se configura como una forma de presión de la estética corporal que sitúa las diferencias entre los cuerpos gordos y delgados, coadyuvando así a su jerarquización dando un lugar de privilegio a los cuerpos delgados a los que se les atribuye un sinónimo de corporalidades sanas, puesto que, la gordura es leída como falta de cuidado y presencia de enfermedades; al respecto, se encuentra que

Un [...] tipo de comparación iguala a obesos y delgados como patrones corporales no saludables. Aquí se incurre en la falacia de considerar que ambos colectivos pueden ser situados en un continuo definido por el peso y criticados por el [...] Peso y exceso serían características comunes que permiten criticarles por las mismas razones, difusamente relacionadas con la máxima, aplicada de forma también falaz, de que la virtud estaría en el punto medio. (Fernández, Esquirol, Baleriola, & Rubio, 2012, p. 9)

Es así como la mirada médica incide con acciones gordofóbicas a través de categorizaciones como: bajo peso, normal, sobrepeso, u obesidad, las cuales son generadas de acuerdo con el índice de masa corporal, estas resultan ser estigma para quienes habitan un cuerpo gordo y que, de una manera u otra sin importar los motivos de una consulta médica, el diagnóstico estará relacionado con el tamaño del cuerpo, es decir, la causa de cualquier molestia es el sobrepeso u obesidad. En estos espacios médicos repercute la sugerencia de dietas que de no ser implementadas desde un acompañamiento médico y psicológico

adecuado pueden generar afectaciones emocionales, al respecto la activista Laura Contrera señala:

Desde la tierna infancia se nos presentan estas opciones de dietas, estos cuerpos estándar que vemos en delgadísimas modelos, una cierta idea de belleza y claramente la tendencia es no ser gordx. Ser gordx aparece como un pecado capital, por eso al iniciarnos en el círculo de las dietas encontramos no solo cuestiones acerca de la salud de los cuerpos, sino juicios de carácter moral. Ser un niñx gordx implica ser iniciado en las prohibiciones del comer, a partir de un semáforo que no resulta ser explícito, sino que se ordena en la multiplicidad de formas de coerción invisibles pero efectivas, desde las burlas de los pares, las presiones intrafamiliares, así como la serie de imágenes, normas y demás que se ven de forma cotidiana. (Contrera, L, 2016, p. 65).

De allí, el comprender que los daños que implica la gordofobia no son solamente físicos, estos también inciden en la salud mental de las personas, lo anterior teniendo en cuenta que la presión social incide en el autoestima del ser humano al hacerle sentir que no encaja con aquello que estéticamente es agradable y por lo tanto al no cumplir con determinados parámetros la autopercepción puede verse afectada; acciones que se dan en el ámbito social, partiendo de la mirada de los otros y otras y asumiendo el cuerpo como una construcción social en donde está inmersa la discriminación de las personas con obesidad que encapsulan el cuerpo gordo en espacios de desigualdad constante.

Al respecto Butler (2015) afirma que “Se nos imponen categorías sociales que no hemos escogido, y esas clasificaciones atraviesan el cuerpo que nos viene dado en distintas formas; el género, por ejemplo, pone nombre a esa transversalidad y a sus variaciones” (p.99). Reconociendo así, que la sociedad misma se encarga de la imposición de categorías en términos corporales como es el caso de tipificar la palabra “Gorda” o “gordo” como una ofensa, esta palabra desde la infancia ha sido utilizada como una forma de herir al otro dentro de una discusión verbal o como forma de matoneo en los diferentes círculos sociales; en consecuencia, la herida generada desde la palabra Gorda logra darle un menor valor al cuerpo a través de connotaciones negativas que nos imponen en los diferentes ciclos de vida y que terminan generando un miedo constante a engordar y no encajar en este molde social regulado por las relaciones interpersonales, de esta manera, resultamos siendo una representación para el otro. En relación con ello, Gravila, Canela, (2016) señala que

La gordura, para esta cultura del hambre conscientemente administrada, es un símbolo de abandono, de falta de conducta, de poca acción, de enfermedad, de fracaso, de trauma, de cero sexo y de falta de deseo. Es la antítesis del éxito, en tanto beneficio privado a quienes responden a un modelo de cuerpo ejemplar: delgado, fuerte, vigoroso y ágil. (citado en Contrera, L, 2016, p.70)

Gordafobia, una modalidad de la violencia de género

Como se mencionó anteriormente, el abordaje de la gordofobia se hizo con un énfasis en la vivencia que de esta tenemos las mujeres, la cual se refleja en prácticas sociales o culturales que sitúan al cuerpo femenino desde los ideales de belleza en función de la aprobación masculina, en medio de una sociedad atravesada por el régimen heterosexual, encontrando que,

Las mujeres sufren en mayor medida las opresiones por no mantener los cánones de belleza dominantes. Los rígidos estereotipos sociales de lo que significa ser mujer y los estereotipos de belleza no sólo ejercen un control en el desarrollo de la vida de las mujeres, sino que su alejamiento conlleva a una censura social. Por ello el objeto de estudio [...] es cómo se castiga a aquellas personas que se alejan de ese ideal de belleza por ser obesas, (Suarez, 2017, p. 4.)

Por consiguiente, la discriminación hacia la corporalidad gorda se hace más visible en el cuerpo femenino, puesto que a este se le exige cumplir con estándares en términos de estética y belleza, desde la infancia las niñas son llamadas a “comportarse como niñas” a través de la implementación de hábitos o rutinas de delicadeza corporal, es así que desde esta etapa la población femenina es involucrada en actividades que implican “mantener en forma su cuerpo” con el fin de que al ir viviendo su proceso de desarrollo no obtengan kilos de más. Como base de esta noción, se tiene en cuenta una investigación realizada en Chile con referencia a la feminización de la gordura, en esta los autores expresan que:

En los resultados exponemos una feminización de la gordura que se expresa en cuatro dimensiones: una norma más estricta para el peso de las mujeres, la gordura como un asunto de preocupación femenina, como materia de condena moral, y la responsabilización de la mujer del tamaño de su cuerpo y de su familia. Concluimos que la feminización de la gordura reproduce dicotomías de lo masculino y lo femenino (mente/cuerpo; público/privado), que son en sí mismas una forma de violencia de género. (Energici, M. A., Acosta, E., Huaiquimilla, M., & Bórquez, F., 2016, p.1).

Seguidamente, se encuentra la configuración de la discriminación del cuerpo gordo como violencia de género contra las mujeres, entendida como cualquier acto o agresión, basados en una situación de desigualdad en el marco de un sistema sexista de relaciones de dominación de los hombres sobre las mujeres, que tenga o pueda tener como consecuencia un daño físico, sexual o psicológico, con tipos de violencia, como lo son: violencia física, psicológica, sexual o patrimonial que implica dicha dominación hacia el cuerpo femenino. Siguiendo sobre la violencia de género, se encuentra que:

hace referencia a la violencia específica contra las mujeres, utilizada como instrumento para mantener la discriminación, la desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres. Comprende la violencia física, sexual y psicológica incluidas las amenazas, la coacción, o la privación arbitraria de libertad, que ocurre en la vida pública o privada y cuyo principal factor de riesgo lo constituye el hecho de ser mujer. (Fernández, 2003, p.11).

Siendo así, ¿Incide el género en la fobia que puede generar la gordura? A partir de este proceso, se percibe que el género es un factor incidente para la discriminación de la gordura, lo anterior porque la presión sobre el cuerpo recae en las mujeres a quienes se les exige cumplir con un estándar de belleza, un ejemplo de esto ha sido leído en las sociedades matrimoniales, en donde las mujeres con el paso de los años y vivencias como la maternidad, realizan múltiples esfuerzos para regresar a la figura corporal que ha cambiado, con el fin de continuar siendo agradables a la mirada o deseo de su compañero sentimental, pues, luego de los cambios corporales son sometidas al señalamiento social que da lugar a la palabra

que pocas quieren escuchar, “Gorda”, que más allá de un señalamiento, se convierte en un regla social,

En consecuencia, la regla social que vincula lo femenino con lo delgado nos afecta a todas. La constitución de aquello que nos es propio está socialmente puesta en asuntos de escasa valoración social como la apariencia y la moda. Lo propiamente masculino está en las ideas y lo complejo, lo femenino, en cambio, en lo aparente, lo irrelevante, lo pueril. (Energici, 2017, p.4)

Desde esa valoración social que vincula a las mujeres con lo delgado, es importante destacar la entrevista realizada a la socióloga y activista mexicana Yadira del Mar, quien señala que es más importante hablar de *gordafobia* que de gordofobia puesto que la gordura femenina no es romantizada, sino que a esta se le exige cumplir con la norma de la delgadez. La activista menciona además una de las instituciones que tiene gran impacto en la vida de las mujeres y su relación con la gordura:

Los medios de comunicación, revistas, Internet están plagados de estos cuerpos de belleza que sólo reproducen estereotipos: mujeres altas, blancas y delgadas, pero en el propio contexto mexicano la mayoría de mujeres no somos así. Muchas somos de estatura media, tono moreno de piel y tenemos una corporalidad más ancha, y es algo que puede llegar a afectarnos mucho porque los estándares que se nos imponen son inalcanzables para nuestra raza y anatomía. Y explicó: "Todo es parte de la violencia estructural que implica el ser mujer. Todos están esperando a que los complazcas, a que hagas hasta lo imposible por alcanzar estos estereotipos de belleza simplemente para ser consumida por la mirada masculina". (Citado en, Juárez, 2020)

De ahí que configurar la palabra *gordafobia* como una opresión al cuerpo femenino que lo sitúa como objeto de deseo en el que la regla principal es “no ser gorda”, este promovido desde la cultura de la delgadez con la consigna de ser lo visualmente aceptable y agradable; para Olea, Bastián (2017) “Mediante la presión social sobre la corporalidad y la apariencia que recaen sobre la mujer, se refuerza su determinación de género, bajo la cual se inculcan la sexualidad y el erotismo como características o funciones netamente femeninas.” (p.5). Es así que estas presiones configuran la violencia de género desde situaciones que desafían al cuerpo y su naturaleza para alcanzar expectativas que giran en torno a la aceptación “social” en los diferentes roles que implican cualquier vínculo, ya sea: sentimental, familiar, laboral, académico, etc. A su vez, es necesario destacar que, además, este tipo de discriminación tiene un impacto en la vida cotidiana y laboral de las mujeres, teniendo en cuenta que,

La instalación del ideal de la delgadez coincide históricamente con la entrada de la mujer al mundo laboral, la lógica del argumento es la siguiente: la entrada de la mujer al espacio público es a costa de la reducción su cuerpo, más presencia en lo laboral es acompañada por una menor presencia física. Si bien este argumento puede ser discutible, lo que parece menos debatible es que la gordura trasgrede la norma de que las mujeres no debemos usar mucho espacio. La delgadez se asocia con lo frágil, lo débil, lo pasivo; lo pequeño puede usar un lugar secundario visualmente. Lo grande irrumpe, se vincula con la fuerza, el movimiento y, por tanto, lo masculino. La mujer delgada representa a la dama, es quien come poco, quien alimenta a otros antes que a sí misma, y que generalmente no pide mucho para sí. (Energici, 2017, p.5).

Para concluir, a través de este proyecto de investigación y sus resultados, se propone la necesidad de constituir la *gordafobia* como una categoría de análisis que contribuya a no limitar la discriminación del cuerpo gordo a la gordofobia de manera general, lo anterior teniendo en cuenta que se encuentra inmersa la violencia de género alrededor del cuerpo de las mujeres desde una cultura patriarcal, ya que en consecuencia la discriminación y presión al cuerpo gordo es una fobia en la que socialmente se involucran diversas instituciones que hacen del cuerpo de las mujeres un sujeto vigilado y disciplinado de acuerdo a los cánones de estética y belleza desde la infancia.

Por lo tanto, es necesario desde los espacios académicos e investigativos develar la forma en que opera la *gordafobia* como una tecnología de poder que fomenta la violencia de género mediante presiones físicas, sexuales y psicológicas; teniendo en cuenta que de esta manera esta violencia contribuye a la reproducción de normas sociales frente al tamaño del cuerpo que pone en riesgo el bienestar de las mujeres, instalando así actitudes *gordafobicas* sobre sí mismas y hacia las demás mujeres, convirtiéndose en un dispositivo de control que castiga a los cuerpos desobedientes en términos de estética y belleza.

Referencias

- Álvarez, M., & Jurgenson, M. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. Ediciones Paidós Mexicana.
- Butler, J. (2019). *Cuerpos aliados y lucha política: Hacia una teoría performativa de la asamblea*. Ediciones Paidós. <https://www.planetadelibros.com/libro-cuerpos-aliados-y-lucha-politica/243211>
- Contrera, L., & Cuello, N. (Comps.). (2016). *Cuerpos sin patrones: Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Editorial Madreselva. <https://editorialmadreselva.com.ar/producto/cuerpos-sin-patrones/>
- Celorio, Á. (2018, marzo 10). *El mundo*. <https://www.elmundo.es/papel/lifestyle/2018/03/10/5aa13d23268e3ed65f8b45b1.html>
- Energici, M. A. (2017). A todas nos discriminan por gorda. En las “otras” violencias contra la mujer. *Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Alberto Hurtado*, (27).
- Energici, M. A., Acosta, E., Huaiquimilla, M., & Bórquez, F. (2016). Feminización de la gordura: Estudio cualitativo en Santiago de Chile. *Revista de Psicología*, 25(2), 1–17. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-05812016000200008&script=sci_arttext

- Fernández, A. (2003). *Violencia doméstica*. Grupo de Salud Mental del PAPPS de la semFYC. Ministerio de Sanidad y Consumo.
http://www.msc.es/ciudadanos/violencia/docs/VIOLENCIA_DOMESTICA.pdf
- Fernández, B., Esquirol, E., Baleriola, E., & Rubio, C. (2012). El discurso popular sobre la obesidad: Análisis de contenido de una discusión virtual. *Aposta: Revista de Ciencias Sociales*, (52), 1–41.
- Juárez, C. (2020, febrero 28). Gordafobia, la discriminación contra los cuerpos no hechos para el consumo masculino. *Milenio*. <https://www.milenio.com/estilo/gordafobia-que-es-y-que-significa>
- Muñiz, E. (2012). La cirugía cosmética: Productora de mundos posibles. Una mirada a la realidad mexicana. *Revista Estudios*, (27), 119–132.
- Olea, B. (2017). La estigmatización de la gordura femenina: Reproducción simbólico-cultural del estatus social de la delgadez. En J. Pavez (Ed.), *(Des)Orden de género: Políticas y mercados del cuerpo en Chile* (pp. 299–329). CRANNE Editores.
- Paredes, N. (2020, junio 6). *BBC News Mundo*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-52646268>
- Pyneiro, M. (2019). *10 gritos contra la gordofobia*. Vergara.
- Suárez, C. (2017). Gordofobia: Un tránsito entre la enfermedad y la cosificación del cuerpo femenino. *Universidad de La Laguna*. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/5641>
- Sen Barcelona, C. (2019, junio 3). Gordofobia: ¿Cómo afecta y por qué debes combatirla? *La Vanguardia*.
<https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20190603/462581112574/gordofobia-como-afecta-combatirla-discriminacion.html>
- Wolf, N. (1990). *El mito de la belleza: Cómo se utilizan las imágenes de belleza contra las mujeres*. Chatto & Windus.

Notas

ⁱ IMC: El índice de masa corporal (IMC) es un número que se calcula con base en el peso y la estatura de la persona. Para la mayoría de las personas, el IMC es un indicador confiable de la gordura y se usa para identificar las categorías de peso que pueden llevar a problemas de salud.