

N2 **INCIDENCIAS**

Revista del Departamento de Ciencias Sociales
de la Universidad Iberoamericana Puebla
N° 2 Año 2 | Febrero, 2023



VIOLENCIAS INFILTRADAS

FERNANDO RÍOS Y VALLES BOYSSELLE, JOSEFINA CENDEJAS GUÍZAR,
GABRIELA QUINTERO CAMARENA, JORGE ÁNGEL SOSA MÁRQUEZ, MARÍA
JOVITA SOTO CHÁVEZ, ALEJANDRO GALLARDO RODRÍGUEZ, LIZBETH
DÍAZ CRUZ, JOSÉ IGNACIO RODRÍGUEZ DÍAZ, GABRIEL MENDOZA ZARATE.



VIOLENCIAS INFILTRADAS

INCIDENCIAS

Consejo editorial

Claudia Alonso González
Roberto Ignacio Alonso Muñoz
Valentina Campos Cabral
Nadia Castillo Romero
José Luis García Aguilar
Simón Alejandro Hernández León
Claudia Magallanes Blanco
Gabriel Mendoza Zárate
Ana María E. Ramírez Santibáñez
Nathaly Rodríguez Sánchez
Claudia Toca Torres

Comité editorial

Nathaly Rodríguez Sánchez, directora
Ricardo Escárcega Méndez, encargado editorial
Isabel Pérez Osorio, asistente administrativa
Rafael Gutiérrez Sánchez, diseño editorial

Ann Vargas, manejo web
Viviana Hazel Aradillas Cabrera, fotografía

Corrección de estilo

Minerva Juárez Ibarra
Gabriela Vargas Bedoya

Incidencias, número 2, año 2, febrero-agosto 2023, es una publicación semestral editada por la Comunidad Universitaria del Golfo Centro, A.C., con domicilio en Blvd. del Niño Poblano 2901, colonia Reserva Territorial Atlixcáyotl, San Andrés Cholula, C.P. 72820, Puebla, México, Tel. (222)372.30.00, iberopuebla.mx ricardo.escarcega@iberopuebla.mx

Editor responsable: Marcos Ricardo Escárcega Méndez. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo número 04-2022-080513203300-102, ISSN: 2954-4629, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: Área de Publicaciones de la Universidad Iberoamericana Puebla, Blvd. del Niño Poblano 2901, colonia Reserva Territorial Atlixcáyotl, San Andrés Cholula, CP 72820, Puebla, México, Tel. (222)372.30.00, extensión 12111. Fecha de última actualización: 22 de febrero de 2023.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de la Universidad Iberoamericana Puebla.



"NADIE TE VA A QUERER POR GORDA". EFECTOS DE LA PERFORMATIVIDAD DEL MIEDO, LA VERGÜENZA Y LA CULPA EN LA PRODUCCIÓN DE CUERPOS FEMINIZADOS

Gabriela Quintero Camarena¹

<https://doi.org/10.55466/2.V2.NQG>

Original recibido: 07/10/2022

Aceptado: 01/12/2022

revistaincidencias.com

revistaincidencias@iberopuebla.mx

pp. 20~29

Resumen: El objetivo de este artículo es mostrar que las emociones al ser experiencias encarnadas activan procesos de subjetivación en la producción de cuerpos feminizados que aspiran a alcanzar el ideal de la delgadez a partir de la idea y sentencia afectiva: "Nadie te va a querer por gorda". Para ello, se comparten las observaciones que han resultado de talleres sobre gordofobia, violencia estética y autocuidado, y se problematiza tomando postulados teóricos del giro afectivo para explicar cómo el miedo, la vergüenza y la culpa afectan la vida de mujeres gordas en México. Se cuestiona la violencia que se ejerce por medio de discursos médicos que patologizan la gordura y dan pie a otros aspectos estigmatizantes que deberían de ser tomados en cuenta como parte de una opresión sistémica como es la gordofobia.

Palabras clave: gordofobia, subjetividad, afectos, emociones, género.

1 Maestra en Estudios Socioculturales por el IIC-Museo, UABC. Estudiante del doctorado en Estudios Críticos de Género, IBERO-Ciudad de México. Tallerista especializada en gordofobia y afectos, bordadora y tejedora feminista. Activista gorda.





"NADIE TE VA A QUERER POR GORDA". EFECTOS DE LA PERFORMATIVIDAD DEL MIEDO, LA VERGÜENZA Y LA CULPA EN LA PRODUCCIÓN DE CUERPOS FEMINIZADOS

Introducción

Este trabajo es resultado de la teorización sobre observaciones que he hecho durante los últimos tres años en los talleres que he impartido sobre gordofobia, violencia estética y autocuidado en el proyecto autogestivo *Talleres de feministas*, y las revisiones bibliográficas para la investigación doctoral que estoy realizando. Las experiencias compartidas en los talleres apuntan a que la gordofobia mueve los afectos de las mujeres más de lo que se puede pensar. Esta clase de opresión se intensifica en las relaciones erótico-afectivas de tal manera que acciona en ellas mecanismos de control del cuerpo, como la dieta y el ejercicio. A partir de la sentencia afectiva: “Nadie te va a querer por gorda” se hace un análisis desde la teoría de las emociones, para explicar cómo el miedo, la vergüenza y la culpa son el vehículo en el que la violencia gordofóbica se encarna en las mujeres.

Se hace una crítica al paradigma racional de la Modernidad y se establece a las emociones y los afectos como experiencias encarnadas y performativas (Ahmed, 2015) que tienen que ser más tomadas en serio como *locus* de enunciación de las personas gordas, pues estas emociones mueven sus vidas y producen efectos en sus cambios, en muchos casos dañinos, porque las prácticas del dispositivo de la corporalidad (Muñiz, 2014) transfieren a los individuos, en forma de falsa agencia, el control sobre sus cuerpos para reproducir cuerpos que se apeguen a las normas de belleza hegemónica.

Contexto

A raíz del confinamiento social que dio comienzo en marzo de 2020 debido a la pandemia causada por el virus SARS-CoV-2, en la red social Facebook comenzaron a circular una mayor cantidad de memes gordofóbicos en los que se señalaba a la gordura como efecto del encierro. Se trataban principalmente de burlas porque la gente comía más de lo habitual y no tenía la posibilidad de hacer ejercicio en exteriores o lugares especializados, como los gimnasios. Noté a personas cercanas muy preocupadas por el tema de la gordura, porque la información que compartía la Secretaría de Salud en México establecía a la obesidad como un gran factor de riesgo para desarrollar la COVID-19. En ese contexto fue que decidí organizar el primer taller en línea llamado *Terapia política para cuerpos gordas*, en el que incluí los contenidos aprendidos de teoría feminista en torno a las violencias corporales en contra de las mujeres y conteni-

dos compartidos por activistas gordas latinoamericanas. El primer taller tuvo cupo lleno: 20 mujeres y dos facilitadoras compartimos nuestros saberes y experiencias en torno a la gordofobia. En las ediciones posteriores el cupo siempre estuvo lleno; participaron alrededor de 80 mujeres entre los 15 y los 70 años originarias de Baja California, Ciudad de México, Estado de México, Jalisco, Colima y California (Estados Unidos), principalmente. Aunque cada taller tuvo sus particularidades, puedo afirmar que algo que los atravesó a todos fueron las experiencias de miedo a engordar, no ser amadas, no encontrar trabajo, ser feas; vergüenza por algunas partes de su cuerpo (sobre todo abdomen, piernas y brazos), por haber fallado en dietas desde temprana edad, por mostrar su cuerpo en el espacio público y ser solteras; la culpa por comer, por no ser disciplinadas y por fallar a los mandatos familiares.

Con base en las observaciones hechas durante estos últimos dos años en los talleres, conferencias, *lives* en redes sociodigitales, webinaros, congresos virtuales y el trabajo de campo realizado en 2022 para la investigación doctoral que estoy realizando sobre intimidad, género y gordofobia, presento el siguiente análisis sobre las formas en que las emociones afectan la vida de muchas mujeres heterosexuales gordas.

Un problema gordo

En algunas culturas la gordura ha sido percibida como un atributo de belleza, fertilidad y salud, pero el desarrollo de la ciencia positivista, los cambios en la producción de la vestimenta, los procesos de colonización, las formas de vivir y habitar los cuerpos cambiaron tales percepciones (Matus, 2019), y se crearon formas para categorizar los cuerpos, como el índice de masa corporal (IMC). Tal como lo señala Vigarello (2011), en 1832 Auguste Quetelet creó la fórmula del IMC para catalogar los cuerpos por peso y tamaño para generar datos que pudieran establecer una categoría de lo “normal”. La intención de Quetelet era “conocer mejor el ‘peso ideal’ según la edad y el sexo, para ayudar a la medicina legal a identificar los cadáveres y los cuerpos” (p. 162).

Aunque las intenciones de Quetelet no estaban puestas en patologizar a las personas, y no era médico, su fórmula sigue vigente. Navajas-Pertegás (2017) señala que debido a su forma fácil y económica para catalogar los cuerpos, los sistemas de salud públicos

continúan utilizándola. Es tan generalizado su uso que a veces parece incuestionable, al punto que la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo estableció como el principal parámetro para catalogar los cuerpos normales, con sobrepeso y obesos. “El IMC proporciona la medida más útil del sobrepeso y la obesidad en la población, pues es la misma para ambos sexos y para los adultos de todas las edades” (OMS, 2021). Basada en esa cifra, la OMS alerta sobre una epidemia de obesidad de dimensiones nunca vista y atribuida a los malos hábitos alimenticios y sedentarismo de la población mundial. Es importante puntualizar que el IMC no distingue variables importantes, como la masa muscular y la masa magra. Partearroyo *et al.* (2022) cuestionan su veracidad para diagnosticar o para utilizar como principio explicativo del estado de salud, ya que no toda la grasa en el cuerpo es problemática y el IMC en sí mismo es incapaz de proporcionar un mapeo de ésta. El problema en sí mismo no sería ni siquiera el IMC, el problema radica en que la obesidad es considerada una enfermedad, y según en qué categoría se encuentren los puntos del IMC una persona está más o menos enferma.

Por otro lado, la importancia que tienen la imagen del cuerpo y el aparente cuidado de sí en las sociedades contemporáneas ha establecido normas de inteligibilidad en cuanto a la forma y el tamaño de los cuerpos, dejando fuera de ese halo de “normalidad” a los cuerpos que difieren de la normatividad situándolos en la abyección, tal como Muñiz (2014) señala: “Los márgenes de normalidad son tan estrechos que frente a la imagen corporal creada, aceptada y promovida desde los diversos discursos, los cuerpos anómalos aumentan” (p. 416). Esta idea de Muñiz se alinea con la supuesta epidemia de obesidad nunca vista de la que habla la OMS.

La abyección o la construcción de la persona como “cuerpo anómalo” comienza por la estigmatización de la gordura y atribuirle a un asunto de voluntad personal, en el que ese atributo-defecto es culpa de la persona. Es demasiada la responsabilidad atribuida a los sujetos respecto a su gordura, sin tomar en cuenta las circunstancias de cada individuo, tales como sus ingresos económicos, estilo de vida en el capitalismo tardío (estrés), raza, acceso a alimentación de calidad, así como el acceso a la salud en general. Si se observan estos factores, entonces no sería tan fácil pensar que la responsabilidad es individual.

Gordofobia

El estigma sobre la gordura abre la puerta a la gordofobia. Ésta se trata de un dispositivo que, por medio de discursos científicos y morales, posiciona al cuerpo delgado como el válido, el bueno, el deseable y saludable, y en contraposición coloca al cuerpo gordo en lo no-válido, malo, indeseable y enfermo; esto, a su vez, crea un rechazo generalizado en contra de las personas gordas sin importar género y sexo.

Por medio de la revisión bibliográfica de trabajos sobre gordofobia desde el activismo latinoamericano (Piñeyro, 2016; Contrera y Cuello, 2016; Moreno, 2018; Masson, 2013) y los trabajos de investigación de las últimas dos décadas (Fuentes y Hartog, 2009; Marrón, 2014; Moreno, 2015; Navajas-Pertegás, 2017; Energici, 2018) he identificado cuatro aspectos fundamentales para definir la gordofobia: médico, estético, socioeconómico y moral-afectivo.

El aspecto médico se ha encargado de patologizar a la gordura mediante discursos normativos sobre el tamaño y peso del cuerpo. Recomienda como cura el control de la ingesta de alimentos para generar déficit calórico y el ejercicio. Posiblemente sea una de las partes en las que se manifiesta la gordofobia, porque las ciencias médicas tienen mayor prestigio y sus postulados son incuestionables para muchas instituciones, lo cual contribuye con mayor fuerza a la estigmatización. No es una cuestión que se queda a nivel discursivo, estamos ante un problema muy grande de discriminación hacia las personas gordas porque se les condicionan (hasta que logren adelgazar) o niegan los tratamientos médicos por su índice de masa corporal. Incluso, algunos enfoques psicológicos atribuyen la gordura como parte de los traumas que dejan el abuso sexual o la violación. Al parecer, la grasa hace las funciones de capa protectora que envuelve el cuerpo de las mujeres con el propósito de no volver a ser atacadas. Este tipo de teorías es estigmatizante en cualquier sentido que se quiera ver.

El aspecto estético señala a la gordura y lo que la representa como algo horrible y desagradable en las personas gordas (Fuentes y Hartog, 2009). Dada la importancia de la belleza en la construcción de la feminidad y ésta como un atributo al que el poder impone como modelo de inteligibilidad en las mujeres, no es una cosa baladí en nuestras vidas, se trata de actos reiterativos (performatividad) que crean efectos en los cuerpos, según “ciertos modelos

de belleza aceptados y promovidos” (Muñiz, 2014, p. 424) que no admiten a la mayoría de las corporalidades gordas. Este problema estético se complejiza cuando lo experimentan mujeres racializadas, pues la violencia estética de la gordofobia pasa por definir ciertos tonos de piel como feos, igual que la estatura y zonas del cuerpo gordas que no denotan feminidad, como la panza o los brazos, en contraposición con grasas más tolerables (o apreciadas), como los senos o los glúteos (Torras, 2007).

El aspecto socioeconómico se trata de una forma de discriminación que tiene como punto de partida los discursos que asocian a la gordura con la baja productividad en el sector laboral y la señalan como una cuestión personal que al hacerse colectiva tiene alcances catastróficos para la economía de México, tal como lo explica el informe *Kilos de más, pesos de menos. Los costos de la obesidad en México* (IMCO, 2015). Debido a que la improductividad y la pasividad son condenables en el sistema neoliberal, se señala a las personas gordas como las culpables de los altos costos de la sanidad pública mexicana y denuncian que, de no frenarse la gordura en el país, la economía y el desarrollo están en riesgo. De las páginas de este texto emanan recomendaciones que deben seguir las empresas y el gobierno mexicano para adelgazar a la población (sin tomar en cuenta la clase social, la etnicidad o el acceso a alimentos, es decir, simplifica el supuesto problema y por lo tanto la solución) y lograr ser un país competitivo en términos de producción de riquezas. Estas contribuciones del sector empresarial alimentan el estereotipo de la persona gorda sedentaria y floja que es incapaz de mover sus piernas para trabajar. La forma en la que este aspecto de la gordofobia impacta a muchas personas gordas es más cotidiano de lo que se podría pensar. También se hace más complejo por las imbricaciones de las diferencias que nos atraviesan, es decir, si ser mujer pone en desventaja, ser gorda contribuye a agravar la situación de vulnerabilidad y precariedad laboral.

El último aspecto de la gordofobia es el moral-afectivo que podría rastrearse desde muy atrás en el tiempo, para precisar, en el siglo V (en Europa) cuando el exceso en el comer se convirtió en un vicio según los principios morales del cristianismo y la acumulación de grasa en el cuerpo quedó como evidencia de descontrol (Vigarello, 2011). Asimismo, este aspecto de la gordofobia también se explica con el hallazgo de Energici (2018): “La gordura se construye como un problema de orden afectivo que representa una transgresión a la norma de ‘quien se quiere, cuida de sí’” (pp. 18-19). Esta asociación entre el cuidado y el afecto por una misma es posible pensarse en un momento en el que el culto al cuerpo y el bienestar físico/delgadez son altamente valorados. En las mujeres se convierte en un problema mayor por los mandatos de género que asocian a la feminidad con el amor por los demás y lo que quede de la energía debe de utilizarse para ser bella/sana/delgada. La implicación del aspecto moral en la vida de las mujeres gordas las hace pasar por personas egoístas y pone en duda la calidad de sus cuidados, pues si ellas no se pueden querer a sí mismas (la gordura lo evidencia), por ende, no son capaces de proveer los cuidados a sus familiares y seres amados. Recordemos que las mujeres en el sistema sexo/género no son proyecto de sí mismas, son proyecto de otros y para otros (Beauvoir, 2019; Hierro, 2016). La constante contradicción de las imposiciones de la feminidad como condición de inteligibilidad a las mujeres y las exigencias del culto al cuerpo de esta época hacen que la gordofobia exacerbe la explotación del tiempo de las mujeres, es decir, por un lado, no les queda tiempo para la conciliación familiar, pero se les exige una inversión de tiempo en el cuidado personal, como ir al lugar de trabajo en tacones, maquilladas y “bien arregladas”, de lo contrario podría estar bajo sospecha su estabilidad emocional o amor propio.

Los cuatro aspectos de la gordofobia se entretajan, permean unos en otros, son una sinfonía de violencias y agresiones, porque los discursos y las prácticas se mueven y amplifican en todos, por eso se puede afirmar que los efectos de la violencia que se ejerce sobre las corporalidades gordas femeninas –por ser gordas– no sólo es física, sino también emocional, psíquica y económica.

Los procesos de subjetivación en la construcción de cuerpos feminizados son más efectivos porque van directo a la dimensión afectiva de las mujeres (Energici, 2018). En el siguiente apartado daré cuenta de cómo los afectos influyen en las vivencias de las mujeres a partir de la sentencia afectiva: “Nadie te va a querer por gorda”.

Efectos del miedo, la culpa y la vergüenza en la producción de cuerpos feminizados inteligibles

Las aportaciones del giro afectivo (Solana y Vacarezza, 2020) han mostrado que el pensamiento ilustrado (europeo) estableció a la razón como la parte fundamental que iba a sacar a la humanidad del estado de irracionalidad que había estado presente durante las etapas anteriores de la humanidad. En ese periodo las emociones quedaron mal posicionadas, pues era lo que acercaba a las personas a la animalidad, y la trayectoria de esta idea se materializó en concebir a los afectos y las emociones como perjudiciales para el desarrollo del individuo, ya que pueden producir obnubilación. Una de las principales aportaciones de dicho giro ha sido demostrar que la experiencia humana no puede ser puramente racional, y que afectos y emociones participan de la vida personal y social con mayor importancia de lo que se suponía. Muestra de esto es la crítica que Ahmed hace a la perspectiva psicológica en la que las emociones se conceptualizaron como estados psíquicos, pero para ella esta idea es sólo una parcialidad, pues las emociones se relacionan con la dimensión social, ya que circulan entre los cuerpos creando impresiones que modifican las superficies de éstos (Ahmed, 2015).

Dada la importancia que en realidad tienen las emociones, es necesario tomarlas mucho más en cuenta de lo que hasta ahora se ha hecho, pues las experiencias de gordofobia que violentan a las mujeres se vuelven más significativas, más por lo que les hacen sentir a las mujeres que por lo que pueden pensar de forma racional, dados los discursos patologizantes sobre la gordura.

Dicho esto, a continuación, se muestra cómo la sentencia afectiva: “Nadie te va a querer por gorda” produce efectos negativos en las mujeres por la gordofobia que envuelve su significado. Los efectos que producen esas emociones en los cuerpos han llevado a las mujeres a activar prácticas del dispositivo de corporalidad, es decir, “mecanismos disciplinarios en el proceso de controlar los cuerpos” (Muñiz, 2014, p. 420) para reducir su tamaño, peso o modificar en general su apariencia física en nombre del amor o deseo de los hombres.

La frase “nadie te va a querer por gorda” no siempre es dicha de forma tácita, sino que también es una conclusión a la que se puede llegar al conocer las representaciones culturales de las corporalidades gordas en productos culturales como revistas, anuncios publicitarios, telenovelas, literatura y cine. Las personas gordas nos creamos una imagen de fracaso amoroso anticipado, pues aprendemos que para ser amadas o deseadas hay que ser delgadas. Este tipo de representaciones contribuyen a que la sentencia afectiva mencionada sea vista como una amenaza. Ante dicha amenaza, el miedo es una de las emociones que afectan a las personas. Para Massumi (2008), el miedo “es una forma de futuridad que tiene la capacidad para llenar el presente sin hacerse presente [...] La amenaza es una causa futura, es una causa virtual, una cuasicausa. La amenaza es una futuridad con poder virtual para afectar el presente cuasicausalmente” (p. 7). Puede que en el momento presente no se habite un cuerpo gordo, pero la amenaza en la sentencia llena el presente de la preocupación por la gordura.

La respuesta al miedo radica en volverse hacia una misma para protegerse. Ahmed (2015) dice al respecto: “el mundo presiona contra el cuerpo; el cuerpo se encoge y retira del mundo con el deseo de evitar el objeto del miedo” (p. 115). El miedo a engordar genera automáticamente ese movimiento hacia el cuerpo de una misma y ante el reconocimiento de la abyección, la necesidad de control sobre las dimensiones corporales se activa; esto nos lleva al sometimiento del hambre porque es lo primero que podemos “controlar”, en donde no interviene nadie más y posteriormente a otras prácticas disciplinarias como el ejercicio. El miedo acciona en nuestro presente el deseo de la delgadez (que puede o no llegar) y la transforma en el objeto más deseado de toda mujer gorda. La delgadez y el amor han aparecido en los talleres sobre gordofobia y violencia estética como el *objeto de deseo* (Berlant, 2011) más anhelado y que promete la

felicidad; porque como en un cuento de hadas, cuando suceda la transformación de patito feo a cisne delgado dejaremos el mundo de lo abyecto, seremos felices porque fantaseamos con que a las corporalidades normativas les pasan cosas buenas y el mundo deja de ser hostil.

El miedo a la gordura o a ser gorda también se genera mediante otras amenazas muy comunes, como la burla y el insulto, tal como Energici (2018) encontró “el rechazo a la gordura autoriza socialmente a la violencia directa contra los gordos en la forma de insulto, de intimidación física y el amedrentamiento” (p. 21). De esta forma, el cuerpo de las gordas se vuelve un asunto público, algo de lo que cualquiera, en cualquier momento y espacio puede criticar, condenar e insultar. Quien es (o se cree) delgado parece estar habilitado moralmente para agredir a las personas gordas. Como ejemplo, algunos de los peores insultos que se le pueden decir a una mujer y que más pueden herir son *puta* y *gorda*; en ambos casos lo que se ataca y castiga es la relajación o incumplimiento de los mandatos de género de ser mujeres disciplinadas, femeninas, bellas, obedientes y deseables. Ante el problema del cuerpo gordo como un cuerpo público, se confirma otra forma de afectación que genera el miedo mencionado por Ahmed (2015, p. 114) “contener algunos cuerpos de modo que ocupen menos espacio”. La autora no habla de gordofobia, pero esta idea redondea el planteamiento de la activación de procesos de subjetivación a partir de los afectos. Una corporalidad gorda con miedo buscará encogerse y ocupar menos espacio para ser menos visible.

La necesidad de encogimiento del cuerpo o de no visibilidad también están impulsadas por la vergüenza. No es raro ver que la ropa para tallas grandes tiende a ser muy holgada o que las mujeres que tienen problemas de imagen corporal se inclinan más por los colores oscuros. La gordofobia genera una necesidad de esconder las zonas que generan más conflicto, tales como el abdomen, los brazos o la piel de las piernas por las marcas de celulitis o estrías. Durante los talleres ha sido común encontrar esta pregunta: “¿Cómo hago para aceptar mi panza?”. Ésta surge de la necesidad de detener el sufrimiento que se experimenta a causa del rechazo al propio cuerpo, ya que en la panza se acumula grasa que no es concebida como femenina –en contraposición con los pechos o el tamaño de los glúteos–. El rechazo al abdomen es tal que varias describen una sensación desagradable que les invade todo el cuerpo ante cualquier

caricia o mirada dirigidas a esa zona; la nombran como “insoportable y vergonzosa”, pues es la materialidad de la fealdad y la abyección. Ante la mirada social gordofóbica internalizada, la sensación corporal de ser observadas y juzgadas se incrementa al grado de no permitir que sus parejas observen su cuerpo desnudo aun cuando éstas no hayan emitido juicio alguno previamente o poder observar ellas mismas su desnudez.

Aunado a la posibilidad de no ser amadas o pasar la vida en soledad, aparece la vergüenza. Se acepta de forma casi incuestionable que las mujeres gordas no son dignas de amor; en la vergüenza se establece una forma de reconocimiento del estigma sobre la gordura. Lo que entra en conflicto en este sentimiento por ser una corporalidad gorda o no poder participar del amor romántico con una pareja es el “yo ideal” de la heteronorma, como respuesta se genera una atención exacerbada en el “yo” en la búsqueda de los supuestos defectos que nos alejan de tal ideal.

Ante la vergüenza por ser un cuerpo gordo y la posibilidad del condicionamiento de los afectos y erotismo en el futuro, se entiende que una ha sido/es mala y por lo tanto “para expresar lo desagradable tengo que expulsarme a mí misma” (Ahmed, 2015, p. 165). Como una posible solución al gran problema que obstaculiza la vida romántica de las mujeres, se buscará adelgazar para producir un cuerpo de cierto tamaño mediante la expulsión del elemento que ha sido estigmatizado, la gordura.

Otra situación que genera vergüenza en el aspecto amoroso tiene que ver con que “sentimos vergüenza porque hemos fallado en aproximarnos a ‘un ideal’ que se nos ha entregado a través de las prácticas del amor. Lo que queda expuesto en la vergüenza es el fracaso del amor, como un fracaso que a su vez expone o muestra nuestro amor” (Ahmed, 2015, p. 169). En realidad, no estamos sólo hablando del amor de otras personas, sino también del amor hacia una misma. El sentimiento de ineficacia al no poder adelgazar después de haber atravesado ciclos continuos de dietas (aproximadamente desde los 9-10 años según las experiencias de las mujeres que acuden a los talleres) genera la idea de que la gordura es para siempre y el supuesto fracaso se atribuye a un defecto personal de falta de voluntad (Energici, 2018). Por eso, en el aspecto moral-afectivo de la gordofobia se infiere que hay una relación estrecha entre el cuidado de una misma y el amor propio y, por lo tanto, quien falla en los intentos de adelgazamiento o “se ha dejado engordar” (como se dice coloquialmente) no es capaz de sentir amor propio.

Esta señalización de la responsabilidad personal de la gordura también provoca el sentimiento de culpa en las mujeres. Concibo la culpa como un dispositivo de control patriarcal que afecta particularmente a las mujeres y tiene su raíz en el pensamiento judeocristiano. Este mecanismo de control inicia con una educación basada en la sujeción a los deseos y valores de los otros (Mizrahi, 2003); en este caso, a la mirada patriarcal sobre las normas del tamaño de los cuerpos feminizados. Para Mizrahi, este tipo de educación se implanta en la consciencia y genera una acusación constante que produce en las mujeres que no se constriñen a las reglas una sensación de extrañeza, pues no se reconocen a sí mismas en el ideal de ser mujer, causando masoquismo y autodesprecio.

Ante la poca posibilidad de argumentar en contra de todo el conocimiento generado para señalar la gordura como una patología o un mal moral (incuestionables), la culpa se vive como un sentimiento en contra de nosotras mismas (Nussbaum, 2006) por ser las responsables de la desgracia de ser gordas y, además, de no poder cumplir con los mandatos de la heteronorma: tener pareja.

Otro de los aspectos en los que se manifiesta la culpa es en la supuesta imposibilidad de dejar de comer. En varias ocasiones en los talleres y entrevistas que realicé, las participantes compartieron que sienten rechazo a sí mismas durante el acto de comer porque se están *portando mal*, incluso es común escucharlas nombrar a los postres o comida con alto valor calórico como “pecado”. El lenguaje moralizante sobre la comida, por supuesto, no es una coincidencia, porque ese descontrol se asocia con la gula. El autoodio y autorrechazo en relación con la ingesta de comida también se relaciona con la bulimia y la anorexia, ya sea porque se saca del cuerpo la comida a través del vómito o porque se deja de comer por periodos prolongados llegando a afectaciones severas en el organismo. Es tan violenta la gordofobia en estos casos que una necesidad básica de todos los seres vivos es vista como dañina.

Por último, desafortunadamente, como ya he descrito, muchos de los cambios que las mujeres procuran para su cuerpo por medio de las prácticas del dispositivo de corporalidad es en nombre del amor romántico (Esteban, 2011; Illouz, 2009), pues es aparentemente algo que salvará a las mujeres del estado de desolación en el que viven y les dará prestigio. Ésta es una de las razones por la que la dependencia a esa construcción afectiva es tan fundamental en la vida de las mujeres y “Nadie te va a querer por gorda” se convierte en una sentencia dolorosa, desoladora y desesperanzadora que hace muy difícil habitar un cuerpo gordo. Lo que no se nos dice es que el condicionamiento de los afectos es una cuestión personal y relacional, es decir, no depende de nosotras que las personas nos amen o no, depende de los otros. Las experiencias de las mujeres gordas en México indican que el amor no está libre de prejuicios, ya que las personas no son capaces de ver algo más allá de su gordura y ésta es asociada con fealdad, enfermedad y pecaminosidad.

Conclusiones

Las experiencias de las mujeres que han participado en los talleres que he impartido sobre gordofobia y violencia estética confirman la imbricación de los afectos. Miedo, vergüenza y culpa son un conjunto de emociones que viven cotidianamente, pues la gordura de una persona gorda abarca todos los aspectos de su vida; su vida se trata sobre ser gorda. Si la gordura fuese un valor positivo en nuestra sociedad esto no representaría ningún problema, pero como ya dije, es un problema médico, estético, moral-afectivo e incluso socioeconómico que puede poner en peligro la vida de las mujeres.

El dispositivo médico que se encarga de crear los discursos estigmatizantes sobre la gordura, a menudo, y en tono alarmante, nos informa que la obesidad va a matar a la gente, sin tomar en cuenta las afectaciones emocionales que esto puede tener para una persona gorda que esté en contacto con ese tipo de prácticas. No se piensa en la salud mental, el estrés continuo que se genera por no *cab*er en la sociedad de la supuesta gente normal. No cabemos en el transporte público, en las sillas, en los aviones; no cabemos en el gusto de las personas, en las representaciones de la gente feliz, enamorada, realizada. No, no hay sitio para nosotras. Si por un momento alguien se detuviera a pensar, en términos médicos, que las situaciones de violencia que vivimos las personas gordas tienen relación directa con la producción de cortisol (la hormona del estrés) y los efectos negativos que tienen en los cuerpos en general, tal vez así se podrían tomar en cuenta las emociones de las personas gordas y lograr una reflexión sobre lo que la cultura de las dietas y la gordofobia nos hace.

El amor romántico sigue siendo uno de los ideales a alcanzar, pero no sólo el vínculo afectivo con alguien, sino también el cuerpo ideal que en el cumplimiento de las normas de peso, tamaño y belleza es habilitado como objeto de amor de otros.

Así como existen las prácticas del dispositivo de la corporalidad y gracias a Foucault (2017) sabemos que donde hay poder hay resistencia, me queda la gran esperanza de que muchas mujeres están resistiendo en *gordoridad*, como es el caso del espacio de escucha y contención que se forma en los talleres sobre gordofobia y autocuidado, que en ese momento pasa a ser *socioautocuidado*.

Una de las primeras conquistas para las mujeres que participan en los talleres es posicionarse políticamente con la palabra *gorda*, que el activismo nos ha enseñado como lugar de agenciamiento corporal (Contrera y Cuello, 2016) y revertir el insulto. La idea es transformar la particularidad de un cuerpo que ha sido señalado como enfermo; la experiencia encarnada de ser alguien que vive bien habitando sus propias carnes.

Por último, me gustaría decir que será posible desarticlar la vergüenza, la culpa y el miedo asociados con la gordura cuando, como sociedad, nos atrevamos a pensar, aceptar y sentir que somos diversas/os en tamaños, colores y formas.

Referencias

- Ahmed, S. (2015). *La política cultural de las emociones*. México: PUEG-UNAM.
- Beauvoir, S. de (2019). *El segundo sexo*. México: DeBolsillo.
- Berlant, L. (2011). *Cruel Optimism*. Estados Unidos: Duke University Press.
- Contrera, L. y Cuello, N. (comps.) (2016). *Cuerpos sin patrones. Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Buenos Aires: Madreselva.
- Davis, K. (2014). *El cuerpo a la carta*. México: Cifra editorial.
- Energici, M. A. (2018). Afectividad y subjetividad femenina: análisis de la gordura como código moral. *Límite (Arica)*, 13(43), 17-28. Recuperado de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-50652018000300017&script=sci_abstract
- Esteban, M. (2011). *Crítica al pensamiento amoroso*. Barcelona: Bellaterra.
- Foucault, M. (2017). *Historia de la sexualidad. La voluntad de saber*. México: Siglo XXI Editores.
- Fuentes, A. y Hartog, G. (2009). La insostenible pesadez de los prejuicios: el caso de la gordofobia en mujeres. *Revista de científica electrónica de psicología ICESA-UAEH*, 10, 134-167. Recuperado de <https://onedrive.live.com/view.aspx?cid=0DD81CD53AC62572&resid=dd81cd53ac62572%21120&wacqt=sharedby&app=WordPdf>
- Goulejac, V. (2008). *Las fuentes de la vergüenza*. Buenos Aires: Mármol Izquierdo Editores.
- Hierro, G. (2016). *La ética del placer* (2.ª ed.). México: UNAM.
- Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica. El amor y las contradicciones culturales en el capitalismo*. Madrid-Buenos Aires: Katz.
- Illouz, E. y Cabanas, E. (2018). *Happycracia. Cómo la ciencia de la felicidad controla nuestras vidas*. Barcelona: Paidós.
- Instituto Mexicano para la Competitividad (IMCO) (2015). *Kilos de más, pesos de menos. Los costos de la obesidad en México*. Recuperado de [https://imco.org.mx/kilos-de-mas-pesos-de-menos-obesidad-en-mexico/#:~:text=Investigaci%C3%B3n-,Kilos%20de%20m%C3%A1s%20C%20pesos%20de%20menos%3A%20Los%20costos,de%20la%20obesidad%20en%20M%C3%A9xico&text=COMPAR-TIR%3A,mexicanos\)%20sufren%20de%20esta%20condici%C3%B3n](https://imco.org.mx/kilos-de-mas-pesos-de-menos-obesidad-en-mexico/#:~:text=Investigaci%C3%B3n-,Kilos%20de%20m%C3%A1s%20C%20pesos%20de%20menos%3A%20Los%20costos,de%20la%20obesidad%20en%20M%C3%A9xico&text=COMPAR-TIR%3A,mexicanos)%20sufren%20de%20esta%20condici%C3%B3n)

- Marrón, S. (2014). *La culpa no era mía: el prestigio de las mujeres gordas*. [Tesis de maestría]. Instituto de Investigaciones Culturales-Museo, Universidad Autónoma de Baja California, Baja California. Recuperado de <http://catalogocimarron.uabc.mx/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=211557>
- Masson, L. (2013). Un rugido de rumiantes. Apuntes sobre la disidencia corporal desde el activismo gordo. En M. Solá y E. Urko (comps.), *Transfeminismos. Epistemes, ficciones y flujos*, 225-233. Tafalla: Txalaparta.
- Massumi, B. (2008). Miedo (dijo el espectro). *Revista EUPHORION*, 3. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/138941217/Massumi-Miedo-Dijo-El-Espectro-en-Revista-Euphorion-Mb>
- Matus, P. (2019). *Ser gorda en Juchitán de Zaragoza: Entre la normatividad corporal y la disidencia. Un análisis de los itinerarios corporales de mujeres zapotecas*. [Tesis de maestría]. CIESAS-Unidad Pacífico Sur, Oaxaca. Recuperado de <https://ciesas.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1015/910/1/TE%20M.A.%202019%20Patricia%20Matus%20Alonso.pdf>
- Mizrahi, L. (2003). *Las mujeres y la culpa. Herederas de una moral inquisidora*. Buenos Aires: Nuevohacer Grupo Editorial Latinoamericano.
- Moreno, L. (2018). *Gorda vanidosa*. Argentina: Ariel.
- Moreno, P. (2015). *Subjetividad femenina y gordura. Una perspectiva desde los estudios culturales y de género*. [Tesis de magister]. Universidad de Chile, Chile. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/136571>
- Muñiz, E. (2014). Pensar el cuerpo de las mujeres: Cuerpo, belleza y feminidad. Una necesaria mirada feminista. *Revista Sociedade e Estado*, 29(2), 415-432. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/se/a/zQrjj-86qktfrZ9NYgfJ4c4R/?lang=es>
- Navajas-Pertegás, N. (2017). La gordofobia es un problema del trabajo social. *AZARBE, revista internacional de trabajo social y bienestar*, 6, 37-46. Recuperado de <https://revistas.um.es/azarbe/article/view/297181>
- Nussbaum, M. (2006). *El ocultamiento de lo humano: repugnancia, vergüenza y ley*. Buenos Aires: Katz B.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021). *Obesidad y sobrepeso*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Partearroyo, T. et al. (2022). *¿Por qué el índice de masa corporal ya es una medida obsoleta?* Recuperado de <https://theconversation.com/por-que-el-indice-de-masa-corporal-ya-es-una-medida-obsoleta-181550>
- Piñeyro, M. (2016). *Stop Gordofobia y las panzas subversas*. España: Zambrada-Balarde.
- Solana, M. y Vacarezza, N. (2020). Relecturas feministas del giro afectivo. *Revista Estudios Feministas*, 28(2). Recuperado de <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2020v28n272448>
- Torras, M. (2007). El delito del cuerpo. En M. Torras (ed.), *Cuerpo e identidad*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Vigarello, G. (2011). *La metamorfosis de la gordura. Historia de la obesidad desde la Edad Media hasta el siglo XX*. Buenos Aires: Nueva Visión.