Gordos S.A. 18/01/2013

Liuba Kogan

Jefa del Departamento de Ciencias Sociales de la Universidad del Pacífico

Vivimos en sociedades que tienden a “separarnos” de nuestros cuerpos, a tratarlos como objetos ajenos a nosotros y a medicalizarlos permanentemente. Aprendemos a mirar la balanza con terror y a creer que existe una correlación directa entre peso y enfermedad.

Muchos estudios reseñados por Esther Rothblum y Sondra Solovay de la Universidad de Nueva York, en el libro “The Fat Studies Reader”, nos muestran que no existe una relación causal entre enfermedad y peso; sino por el contrario, que se puede ser saludable a casi cualquier peso, si hacemos ejercicio, cuidamos el tipo de alimento que ingerimos y tenemos una adecuada distribución de la grasa corporal.

Pero es difícil dejar la obsesión por bajar de peso. Todos nos sentimos gordos. Todos somos “torturados” por un sistema que considera al peso como un elemento primordial en la construcción de sentido: si eres gordo o gorda estás en falta, no eres confiable, tienes menos oportunidades laborales e incluso matrimoniales. Los niños y niñas gordos sufren bullying en las escuelas (incluso empiezan a enfrentar problemas de desorden alimenticio a cada vez más tempranas edades).

Resaltemos el hecho de que los defensores de “la salud a cualquier peso” no promueven hábitos de vida perversos como la comida chatarra o el sedentarismo; sino que nos proponen que el peso (como la talla) tienen una distribución muy variada entre la población. Y que el peso depende en gran medida de nuestra predisposición genética y muy marginalmente de los patrones de comida y ejercicios que seguimos. Ello explicaría por qué quienes se someten a dietas para reducir de peso siempre terminan recuperándolo (el que nace gordo ni aunque lo fajen…).

Sentimos nuestro peso (nuestras dimensiones corporales y el espacio que ocupamos en el mundo) como una carga difícil de llevar. La línea que separa a los gordos de los flacos cambia empujada por las aseguradoras de salud, médicos, publicidad, la industria de la moda y la cultura popular: cada vez se nos exige ser más flacos. Curiosamente las poblaciones son cada vez más gordas, viven más y gozan de mejor salud como nunca antes en la historia. Pero la cultura mediática norteamericana nos satura con la idea de la gordura como una amenaza social a partir de los múltiples programas que se transmiten por televisión por cable. No debe sorprendernos que la industria de reducción de peso mueva más de 60 billones de dólares al año a nivel global.

La gente está dispuesta a casi cualquier cosa con tal de bajar de peso, incluso a atentar contra su salud. Ello no resulta de actos irracionales, sino de la conciencia que se tiene en las sociedades contemporáneas respecto a un sistema de poder basado en el peso, que nos acerca o aleja de privilegios, estatus y vínculos sociales. Los niños y jóvenes son socializados para reconocer en la delgadez, belleza, poder, prestigio y salud.

Es hora de pensar en formas de vida, saludables y armoniosas, desconfiando de la tiranía del peso.