

DISCURSOS DISCRIMINATORIOS Y GORDOFOBIA

Durante la actual situación de pandemia, se viralizaron discursos discriminatorios que refuerzan el ideal de belleza asociado a la delgadez, generando burlas en torno a los cuerpos gordos. En el presente informe, invitamos a reflexionar sobre los fundamentos, el origen y los resultados violentos y excluyentes que generan los discursos gordofóbicos, ofreciendo algunas pautas y recomendaciones para el abordaje respetuoso de la temática por parte de comunicadores/as.

Discursos y discriminación

Desde hace algunos años contamos con más y mejores dispositivos para acceder a contenidos audiovisuales, redes sociales, información y mensajes múltiples. Vemos frecuentemente en medios de comunicación —incluidas las redes sociales— la centralidad que cobra la imagen corporal y con ella la imposición de un ideal de belleza. Ese modelo de belleza que denominamos hegemónico —por ser presentado como único y natural— es uno de los mitos más arraigados socialmente. El ideal estético hegemónico de los cuerpos es ante todo una ficción cultural, discriminatoria y patriarcal. Considerar que todas las personas deberíamos acercarnos a un mismo y único patrón de belleza es una aspiración arbitraria e imposible, cuya naturalización genera malestar y sufrimiento.

Detrás de los mandatos de belleza hegemónica se esconde la presión por adecuarse y encajar, situación que nos afecta de muy diferentes maneras. Como todos los mandatos, opera de manera doble demarcando qué es deseable y qué no lo es. En este caso se trata de un ideal que asocia la belleza con delgadez y, como contraparte, la gordura con fealdad. Nos encontramos entonces frente a un mandato que, equiparando delgadez con belleza, establece una jerarquía entre las personas. Profundizar sobre este tema nos permitirá poner en evidencia la violencia que conllevan estos mandatos, que están en la base de conductas y prácticas discriminatorias muy vigentes en nuestra sociedad.

El vínculo entre los prejuicios, los estereotipos y la discriminación

Identificar la discriminación por aspecto físico no siempre es sencillo, ya que la naturalización de un ideal estético que pasa a ser considerado como parte del sentido común pone un velo sobre la violencia que conlleva su imposición.

Es importante recordar que discriminar es negar o restringir derechos a las personas, para lo cual se utilizan pretextos de diferente índole. Pero, en verdad, la discriminación no se produce a causa de ninguna característica que pueda tener la persona discriminada, sino que surge de la mirada de quien discrimina. El acto discriminatorio supone entonces la interacción de, por lo menos, dos elementos: en primer lugar la vulneración de derechos y, en segundo lugar, el pretexto que opera como justificación, en base a prejuicios y estereotipos. Los prejuicios y estereotipos funcionan como justificación social de la conducta discriminatoria

Ante esto, es importante recordar que el acceso a nuestros derechos no puede ser relativizado bajo ningún pretexto. Los derechos humanos constituyen la base para el desarrollo de una comunidad. Todas las personas tenemos los mismos derechos, que deben ser de igual modo respetados. Son las prácticas discriminatorias las que hacen que estos derechos se vean restringidos. De allí que sea tan importante trabajar para comprender de qué se tratan las prácticas discriminatorias, cómo se originan y producen.

En este sentido, además de analizar los actos discriminatorios como prácticas sociales de vulneración de derechos, la discriminación puede ser pensada como un fenómeno comunicacional y discursivo, poniendo el foco en la circulación de prejuicios, estereotipos y discursos de odio que son fundantes de los actos discriminatorios, a la vez que se constituyen como dispositivos autónomos, enmascarando esa relación.

Los discursos sociales que otorgan mayor valor a una identidad que a otra, o que atribuyen capacidades específicas a las personas por su condición social o por tener determinadas características físicas –por ejemplo– se instalan a través de la repetición y la ausencia de una mirada crítica. De allí que sea tan importante deconstruir esos discursos, visibilizando la íntima relación entre las prácticas discriminatorias y la reproducción irreflexiva de los prejuicios y estereotipos.

Con tal fin, es fundamental comprender la relevancia que poseen las redes sociales y los medios de comunicación como circuitos básicos de formación y reproducción de ideas que impactan tanto a nivel público como privado. El rol que cada persona asuma y la atención que preste al modo en que se reproducen y ponen en circulación determinados discursos será determinante para definir ámbitos de interacción social que estén más o menos signados por la discriminación.

Pandemia y discursos discriminatorios

La situación de pandemia que actualmente atravesamos ha reforzado la mirada sanitarista que tenemos sobre nuestra vida, nuestros hábitos, vínculos y modos de vivir en sociedad. Esta atención a lo sanitario se encuentra justificada por el hecho de que la pandemia es una situación de salud global que está afectando a toda la humanidad, y que nos lleva a incorporar nuevos hábitos de cuidado y salud. Sin embargo, esto no implica asumir o reproducir discursos que promuevan el disciplinamiento corporal, reforzando el mandato de la delgadez y la mirada prejuiciosa sobre la diversidad de los cuerpos.

En este contexto, el INADI advierte la reproducción de discursos discriminatorios naturalizados que estigmatizan y ridiculizan a los cuerpos gordos, con el pretexto de bregar por la buena salud. Es importante tener en claro que promover la salud de la población no habilita al uso de la violencia simbólica como método. El contexto de la pandemia ofrece una oportunidad para interpelar este tipo de discurso y promover la reflexión.

Es importante que veamos cómo la preocupación generalizada por los efectos estéticos del aislamiento social, preventivo y obligatorio no hace más que reforzar el modelo de belleza hegemónica y las jerarquías que establece, contribuyendo a la desigualdad entre las personas y generando sufrimiento en un contexto que es de por sí angustiante.

Los discursos gordofóbicos que se vehiculizan a través de memes, chistes, videos y distintas publicaciones refuerzan la estigmatización de quienes no responden a los rígidos parámetros del modelo estético imperante. En el contexto de pandemia y aislamiento social, se refuerza, por ejemplo, el rechazo al sedentarismo asociado a gordura y fealdad, considerando que para conservar la belleza los cuerpos deben estar activos, seguir siendo delgados, fibrosos, no

relajar el “cuidado”, mantenerse ágiles, fuertes, jóvenes. Es importante observar que este mandato niega la enorme complejidad del momento actual y, de algún modo, banaliza la situación de cuarentena y aislamiento.

El discurso gordofóbico opera de manera prejuiciosa y estereotipada asimilando el aspecto físico de las personas con rasgos de su personalidad, conducta o estilo de vida.¹ El cuerpo, de acuerdo a este tipo de mirada social, se transforma en territorio de interpretación que –a través de estereotipos y prejuicios– “dice”, expresa, delata si una persona es bella, sana, feliz, si tiene una sexualidad plena, si puede o no trabajar, si gusta o no de esforzarse, etc. De esta manera, la mirada prejuiciosa que está en la base de la gordofobia asimila los cuerpos gordos con características como la inactividad/improductividad, la insania o la indeseabilidad, que les son atribuidas de manera prejuiciosa y funcionan como pretexto para la negación de sus derechos. Otras características que se atribuyen de manera estereotipada a las personas gordas, condicionando la mirada y las expectativas sobre ellas –y negándoles la posibilidad de ser reconocidas en su particularidad– son la simpatía/afabilidad y la hipersexualidad.

La belleza hegemónica —que es gordofóbica— reproduce la idea de que lo bello, lo deseable y lo valioso de los cuerpos responde a un único modelo. Todo cuerpo que no se asimila a dicho modelo o no evidencia querer acercarse a él debe ser juzgado, ridiculizado o repudiado, desconociéndose la multiplicidad de factores históricos, sociales, personales, anatómicos e incluso económicos que se involucran en su constitución, y –sobre todo– desconociendo la realidad de la diversidad.

La gordofobia, como expresión del modelo de belleza hegemónica, tiene múltiples sesgos. Como discurso discriminatorio, se sustenta en una ideología neoliberal de productividad, de medicalización, patriarcal y heteronormativa, que niega la diversidad como realidad social y la desigualdad como situación estructural. En este último sentido, y en su expresión concreta de clase, cumplir con el modelo hegemónico de belleza implica un privilegio socioeconómico.

1 Esta asimilación de las características físicas con rasgos de personalidad guarda estrecha relación con el modo en que opera el racismo. Para ampliar estos conceptos, recomendamos consultar la bibliografía específica sobre racismo del INADI, a través de su biblioteca virtual: <http://inadi.gob.ar/contenidos-digitales/>

El modelo estético hegemónico, tal y como se deduce del discurso gordofóbico, supone la disponibilidad y administración del propio tiempo y dinero, ya sea para entrenar, planificar o adquirir lo necesario para nuestra alimentación y nuestro aspecto físico. Así, el no aproximarse al modelo de cuerpo flaco, bello, entrenado, joven y deseable también denota una supuesta inferioridad social y económica. Paralelamente, existe un profundo sesgo de género en esta problemática: los datos del Mapa Nacional de la Discriminación (2013)² revelan que la discriminación por sobrepeso se percibió y experimentó mayormente entre las mujeres. Es sobre ellas que recae con mayor fuerza el mandato. Y las publicidades que muestran los cuerpos de las mujeres con características de delgadez extrema resultan altamente nocivas para las jóvenes en particular.

Dentro de la lógica de una cosificación de los cuerpos, gran parte del discurso publicitario refuerza la idea de que los cuerpos socialmente aceptables solo son bellos y atractivos cuando son cuerpos flacos. En este sentido las imágenes operan como mensajes normativos en el plano psicológico, no sólo a niveles explícitos sino también subliminales, impactando fuertemente en las subjetividades.

La gordofobia en números

En el año 2013, en el Mapa Nacional de la Discriminación, la obesidad y el sobrepeso se ubicaban entre las cinco primeras situaciones señaladas por las personas que experimentaron discriminación, detrás de los pretextos de situación socioeconómica y país de origen. En el relevamiento realizado durante el año 2019 (cuyos resultados son aún preliminares), es preocupante ver que la obesidad y el sobrepeso han cobrado aún mayor importancia, ubicándose en el segundo lugar dentro de los tipos de discriminación más mencionados.

Tanto en el relevamiento de 2013 como en el de 2019, la problemática expresa una mayor importancia en el segmento de 18 a 30 años: la experiencia relacionada con la discriminación por obesidad o sobrepeso representa el doble de los casos que se verifican entre personas de 60 a 74 años.

2 INADI, 2013, Mapa Nacional de la Discriminación. Disponible en: <http://www.inadi.gob.ar/mapa-discriminacion/documentos/mapa-de-la-discriminacion-segunda-edicion.pdf>

La discriminación asociada al discurso gordofóbico es un fenómeno que se acentúa notoriamente en la población joven pero que, sin embargo, atraviesa a todos los grupos etarios, generando distintos impactos.

Las ediciones del estudio de 2013 y de 2019 confirman que nos encontramos frente a un fenómeno discriminatorio que se sustenta en los mandatos del paradigma hegemónico de belleza, evidenciando su complejidad.

Discriminación gordofóbica

Como ya fue señalado en este informe, en tanto se pretende que los cuerpos sean contrastados con el modelo estético hegemónico, lo “gordo” se vuelve una categoría asociada a lo negativo, lo malo, lo desechable o indeseable en términos sociales, y es justamente esta carga valorativa la que funciona como pretexto para generar malestar personal, marginación social y vulneración de derechos.

El efecto del discurso gordofóbico se traduce en consecuencias que van desde alentar el desarrollo de trastornos de salud como la depresión, la anorexia o la bulimia, hasta favorecer la reproducción de estereotipos de género relacionados con la cosificación de las mujeres y la reducción de los cuerpos a objetos de valoración y consumo, cuando no acaba siendo expresado en el ejercicio de un acto discriminatorio e incluso un acto de violencia gordo-odiante.

La discriminación gordofóbica es el acto de vulnerar un derecho humano en base a pretextos estéticos que, además, al cruzarse con estereotipos de género, raciales, xenofóbicos o clasistas recaen sobre grupos sistemáticamente afectados por otros modos de discriminación. Como resultado, estos grupos ven restringido de forma sistemática su acceso a derechos esenciales.

Este discurso que existe con gran fuerza en nuestra sociedad, se ve reforzado por nuevas formas en el contexto de la pandemia, que deberán ser analizadas para poner freno a la circulación de discursos que estigmatizan, repudian o simplemente señalan de modo negativo la diversidad corporal. El rechazo a los cuerpos gordos suele venir enmascarado bajo una pretendida preocupación por la salud, cuando en verdad opera en respuesta a la rigidez de los parámetros estéticos y recae de manera violenta sobre las personas que no se ajustan a ellos.

Conclusiones y recomendaciones con relación al discurso gordofóbico, para la comunicación y uso de redes sociales en tiempos de COVID-19

Es muy importante tener en cuenta que toda vez que se reproduce una imagen, un meme o un comentario aludiendo a que una de las consecuencias indeseables de la cuarentena es el aumento de peso, se está estimulando la perspectiva gordofóbica. Todo intercambio de contenidos que señala a las personas que no se adecuan a determinados parámetros corporales como indeseables, inadecuadas o cuestionables contribuye a dañar su autoestima, al mismo tiempo que se refuerzan prejuicios y se abona a la exclusión.

A menudo se tiende a trivializar expresiones socialmente naturalizadas, pero esto no disminuye la carga de estigmatización que conllevan, a la par de otras expresiones culturalmente más reconocidas, sancionadas y evitadas.

De este modo, el INADI recomienda trabajar en tres niveles de la discriminación, esto es:

1. Evitar la ESTIGMATIZACIÓN de las personas con sobrepeso o gordas. Erradicar toda alusión a la estandarización de los cuerpos así como la difusión y la reproducción de estereotipos sobre las personas gordas, más aún en tono de burla.

- No reducir a las personas a su aspecto físico ni a su cuerpo como un todo, menos todavía reducir a las personas a una parte de su cuerpo.

- Evitar toda referencia a un criterio de normalización de las personas; es decir, la idea de que es necesario ajustarse a un determinado parámetro de normalidad. En su lugar, se recomienda favorecer una mirada que respete las diferencias y la pluralidad de los cuerpos.

- Erradicar toda referencia a determinados atributos físicos y estéticos como una meta a la que deben aspirar todas las personas.

- No alentar la meritocracia asociada al ideal de belleza. Tener en cuenta que un plan alimenticio ligado al peso o el nivel de entrenamiento físico no son fórmulas que garanticen los mismos resultados para todas las personas.

- No reproducir estereotipos que asocian la gordura con la falta de ejercicio, malnutrición y ausencia de voluntad.
- No reproducir estereotipos que unívocamente asocien la gordura con la enfermedad, o la delgadez con la buena salud.
- Evitar toda ridiculización de las personas en base a características o atributos físicos.
- Prestar especial atención a la feminización del ideal de belleza, por cuanto son las mujeres e identidades feminizadas quienes mayormente sufren el hostigamiento sobre sus cuerpos.

2. Identificar, reconocer y eliminar la **MARGINACIÓN**, que incluye también el maltrato, el trato desigual y la representación negativa de los cuerpos no hegemónicos.

- Repudiar y condenar las situaciones de violencia. Evitar la difusión de imágenes y testimonios con contenido discriminatorio, agresivo y de incitación violenta.
- Repudiar y condenar los mensajes de “odio” a los cuerpos gordos, recordando que el impacto en la infancia y adolescencia es muy profundo y peligroso.
- Evitar reproducir un mandato de delgadez como única forma de belleza, más aún entre mujeres, lesbianas, trans y travestis jóvenes y adolescentes.
- Dar visibilidad a las demandas del activismo gordo, generando espacios donde puedan expresarse para dar fin al silenciamiento de sus voces.
- Reflexionar sobre el carácter racista del modelo estético hegemónico, así como su dimensión clasista y su raíz patriarcal, dando lugar a especialistas que puedan aportar a la comprensión cabal de la problemática.

3. Denunciar la **NEGACIÓN** de derechos y tomar medidas reparatorias cuando esto haya sucedido.

- Promover la inclusión de las personas gordas en espacios de difusión y medios de comunicación.
- Tener presente que el acceso a lo que se considera y promueve como una alimentación “saludable” está lejos de las posibilidades económicas reales de gran parte de nuestra sociedad.
- Advertir sobre la presencia de estos discursos incluso dentro del seno familiar, evitando la actitud de ser “policía de los cuerpos” dentro del hogar, en particular en el contexto de cuarentena, que impone una situación de particular vulnerabilidad emocional en la cual se multiplican las situaciones de ansiedad.
- Fomentar una relación respetuosa con el cuerpo, considerando el derecho y oportunidad de nutrición, cuidados y recomendaciones médicas que cada familia o persona necesite, desee y pueda sostener.
- Comunicar las formas y vías para denunciar las situaciones de discriminación.