

Universidad de Costa Rica
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela de Psicología

Psicología General para otras carreras PS 0001- Grupo 06

Avance I: Gordofobia médica y sus consecuencias psicológicas

Por:

Fernanda Solano Hernández
Iveth Fabiola Camacho Vargas
Jessica Rodríguez Ruiz
Rodrigo Vílchez Ulloa

Junio, 2022

Tabla de Contenidos

Introducción	3
Relaciones históricas entre la salud y la psicología	4
Contribuciones actuales específicas	5
Bibliografía	10

Introducción

La gordofobia se define como

El odio, rechazo y violencia que sufren las personas gordas por el hecho de ser gordas. Es una discriminación que está cimentada sobre prejuicios respecto a los hábitos, costumbres y salud de las personas gordas, los cuales se nutren de la creencia de que el cuerpo gordo responde a una falta de voluntad o de autocuidado, de no hacer el esfuerzo suficiente para ser delgado, motivo por el cual merece “castigo” o rechazo”. (Piñeyro M., 2020)

Este fenómeno implica diferentes factores como políticos económicos, sociales sin embargo el presente trabajo se centrará en la gordofobia médica y como el peso se ha relacionado a lo largo de la historia como un indicativo de salud de las personas a tal punto que es señalado por la sociedad y pone en riesgo los derechos humanos y la salud física y mental de las mismas personas gordas. (Hernández R., 2020)

La alarma de las altas tasas de obesidad en el mundo junto con el perjuicio de que las personas son gordas por falta de voluntad o autocuidado ha implicado que en consultas médicas solo reciban dietas como la solución y respuesta a todos sus males sin considerar una revisión adecuada para emitir un diagnóstico acertado como han sido cálculos renales, cáncer y hasta embarazos por solo citar algunos ejemplos. La gordofobia vulnera derechos humanos básicos como el derecho a la atención sanitaria de calidad. (Piñeyro M., 2020)

Ante este precedente se busca identificar las consecuencias psicológicas que conlleva la gordofobia en el área médica y social en las personas con cuerpos no normativos. Se presentan las relaciones históricas entre el área médica de la salud y la psicología y posteriormente las relaciones específicas entre estas donde se

profundizará sobre la relación entre la gordofobia médica y las consecuencias psicológicas tanto en las personas gordas como en la sociedad.

Relaciones históricas entre la salud y la psicología

Para poder establecer algunas relaciones históricas de lo que vendría siendo el campo de la salud y la psicología primeramente debemos de conocer la historia de cada uno de estos campos para poder establecer dichas relaciones. Podremos comprender y analizar mejor conocemos qué hay detrás de cada uno.

Historia de la psicología: Wilhelm Wundt, es conocido como el fundador de la “psicología moderna”, también es el fundador del primer laboratorio catalogado de “psicología experimental” el cual está ubicado en la Universidad de Leipzig. Se destaca qué la psicología moderna fue fundada alrededor de 1879.

¿Qué es salud? Según la OMS se puede definir «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades»

(OMS, 1946, pág.100)

Historia de la medicina conductual: en la década de los 70's se organizó un congreso sobre lo que puede escupir sobre la medicina conductual en la Universidad de Yale, dónde se reunieron especialistas muy importantes de áreas de las ciencias sociales y la salud para que se pudiera formalizar lo que fue la creación de la medicina conductual. Se logra definir que la medicina conductual es el campo interdisciplinario el cual está encargado de integrar ciencias de la conducta, esto con el fin de poder desarrollar y aplicar conocimientos y técnicas las cuales eran dirigidas a lo que fue la promoción de la salud como diagnóstico, prevención, trata, y

rehabilitación de enfermedades. Esto va muy de la mano con la psicología de la salud.

Desde este punto: ¿Cómo se relaciona la psicología con la salud?

Historia de la psicología de la salud: esta disciplina se estableció alrededor de los años 70 en Estados Unidos. Esto se da con la creación de la división de psicología de la salud de la asociación americana de psicología. Alrededor de 1980, Matarazzo quien fue médico, psicólogo propuso la definición de lo que era la psicología de la salud. De aquí surge la psicología de la salud la cual se ocupa del estudio y análisis de los procesos psicológicos donde se ve implicada la salud.

La razón es que estas comparten aplicaciones y fines en conjunto. En el campo de la psicología y la salud ambas buscan la prevención, detección y tratamiento a enfermedades físicas o mentales. La psicología de la salud une ambos campos ya que existen factores tanto físicos, emocionales, contextuales y sociales que pueden afectar la salud de las personas.

La psicología de la salud abarca algunos factores psicosociales, culturales, cognitivos, afectivos y emocionales, y pueden dar lugar o afectar el estado de salud. Estos intentan dar mantenimiento y promoción a la salud desde lo que es una perspectiva biopsicosocial. Se da como tratamiento y prevención de las enfermedades.

Contribuciones actuales específicas

La medicina actual como bien hemos leído en el apartado anterior ha tratado de evolucionar o adaptarse a un concepto más humanista, positivista; incluyendo aspectos biológicos, psicológicos y sociales (Cortese, 2004).

Al hablar de Gordofobia no solo se habla de un aspecto de desprecio y discriminación si no también de negligencia en atención médica, ya hace muchos años el término gordura se ha visto como enfermedad, Quirós (2019) menciona que por años se ha considerado un problema de salud pública, cuando se dejan de lado problemáticas adyacentes de salud mental y social, donde el enfoque o su tratamiento es someter a la personas a estados de culpabilidad y remordimiento.

Se conoce como obesidad a un desorden metabólico caracterizado por un exceso de grasa corporal. Un estado de enfermedad donde mediante una medición de proporciones corporales indican el estado de salud de una persona (Quirós, 2019).

Esta medición de términos como obesidad, sobrepeso o bajo peso nace hace alrededor 400 años atrás, donde el estadístico Adolphe Quetelet quiso probar leyes de matemática de probabilidad astronómica considerando que también podrían ser aplicadas en los seres humanos. Para realizar este estudio, el estadístico midió el peso y altura de varios reclutas franceses y escoceses del ejército, así fue como optó por hacer estadísticas de cuánto debería de pesar una persona con respecto a su altura, sacando así una media o promedio de normalidad. Esta forma de medición no tenía un fin médico y aún hasta la fecha se ha utilizado para patologizar cuerpos gordos (Quirós, 2019).

La visión medicalizada de la gordura ha creado gran cantidad de estigmas alrededor de los cuerpos donde se le relaciona a esta no solo con enfermedad, sino también con muerte, vagancia, descuido, vergüenza, y por otro lado se ve la delgadez como sinónimo de salud, éxito, longevidad (Quirós, 2019).

La cultura de la dieta

Como seres humanos cuidamos de nuestra salud mediante hábitos saludables, educación alimentaria, actividad física recurrente, atención psicológica, desarrollo social, entre otras cosas. La cultura de la dieta, se asocia a la gordofobia de manera directa y agresiva, vende ese miedo a tener un cuerpo que es rechazado, discriminado y hasta violentado. Una cultura con la que crecemos y nos encontramos desde pequeños categorizando la comida con peso moral, viendo revistas de dietas para adelgazar en pocas semanas o luchando contra esos comentarios sobre nuestro cuerpo.

Esta cultura se apropia del término salud y nos vende ideales de belleza o bienestar basándose únicamente en la apariencia física, obviando factores que como bien se han mencionado son clave dentro de un bienestar integral.

Hay un interés desmesurado por alcanzar la delgadez, mantenerla y desaparecer la gordura, Quirós (2019) menciona que esta configuración se perpetúa en el tiempo, crea, sostiene y justifica patrones conductuales de origen estético que pone en serio riesgo la integridad de las personas. Hay personas con trastornos de la conducta alimenticia, afectaciones a nivel mental luchando por alcanzar estos estándares físicos.

Hay gran cantidad de formas de promover la salud para todos los cuerpos, formas que no deben ir relacionadas proporcionalmente a la apariencia. formas que no tienen nada que ver con dietas extremas, cirugías o prácticas vergonzosas, ya que la mayoría de estas afectan la dignidad humana y crean el efecto contrario del supuesto propósito a conseguir. Quirós (2019) dice que esta cultura no es algo que tengamos inherentes desde el nacimiento, por el contrario las hemos adquirido por medio de observación e imitación, por esto al hablar de gordofobia no se puede ver

como algo valorativo sino como un problema de la cotidianidad la cuál no es percibida por las personas.

Antes de hablar del nivel de violencia simbólica y contrucción simbólica de nuestros cuerpos a través de los canones de belleza se considera importante resaltar que la percepción de la gordura es causada por diferentes consideraciones o circunstancias, tales como sexo - género, escolaridad, acceso a la información, acceso a tecnologías, nivel económico, entre otros (Quirós, 2019).

La idea generalizada de una persona gorda es percibida como una característica connotada como vergonzosa, ridiculizante, indeseada, enferma, vaga y otros adjetivos descalificadores. (Quirós, 2019). Esta percepción puede causar que las personas sean categorizadas de la misma forma en la que algo es catalogado como "bueno" o "malo", pues se asocia el valor numérico del peso como "bueno" en cierto rango, pero "malo" cuando sobrepasa un límite establecido. Lo anterior afecta de forma personal a las personas gordas, porque se les aduce una condición discriminatoria por estar en una supuesta posición de desventaja. Esto influye en ámbitos sociales, laborales, en el estado de ánimo y en la autopercepción de las personas, ya que se asocia un valor negativo ligado a la percepción estética del cuerpo.

La gordofobia afecta psicológicamente a las personas gordas, pues el contexto social las obliga a cumplir con estándares ya establecidos y a luchar constantemente contra sí mismos para encajar con la norma de tener un peso adecuado. Aunque, no es solo una lucha por encajar con los estereotipos, también es luchar contra la idea de ser una persona saludable en términos de enfermedades. Todo este conjunto de luchas afecta en el estado de ánimo de las personas gordas, ya que viven con el estrés de encajar socialmente, con la

preocupación de no poder sobreponerse a un eventual problema de salud y con la tensión y angustia que todo esto le genera.

Pero, la gordofobia también afecta de manera psicológica a las personas que no son gordas, solo que en este caso la lucha interna es por mantenerse en un estándar y llegar a un punto el cual pueda ser considerado o visto como negativo. De una forma u otra, genera el mismo estrés, angustia y presión en las personas solo que por un motivo: las personas gordas intentan salir de ese estado y los demás intentan no llegar a ese estado.

La gordofobia puede ser vista como un tipo de violencia que se ejerce sobre las personas que, como se vio anteriormente, puede afectar psicológicamente a las personas que lo sufren y a las que no. Pero esta violencia no se limita solo al hecho de categorizar y apartar socialmente a un grupo de personas, también se visualiza y ejemplifica físicamente en el día a día. Por ejemplo, la mayoría de espacios unipersonales en medios de transporte, sitios públicos, restaurantes, etc. están hechos a la medida de un estándar que no toma en cuenta precisamente a las personas que se salen del mismo, no ofrece soluciones alternativas y simplemente se discrimina a la persona gorda solo por el hecho de ser gorda y no entrar en el estándar, esto es un caso de violencia directa.

Se sabe que el espacio público y privado no está diseñado para todas las personas, pero en otros aspectos la violencia relacionada con el peso de las personas no solo se materializa de esta forma. Las tallas de ropa, la publicidad, el acceso a servicios, entre otros, no toma en cuenta a las personas gordas, las discrimina de la misma forma en que un espacio no esté hecho para todos. Todo esto, en conjunto, corresponde a violencia simbólica que limita e influye en todo aquello que se concibe como forma natural de interacción, pues esa concepción

está entrelazada con parámetros de dominación y segregación simbólica, que son aprendidos por herencia sociocultural. (Quirós, 2019)

Referencias

Cortese, E. N. (2004). *Psicología médica: salud mental*. Editorial Nobuko.

<https://elibro-net.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr/es/ereader/sibdi/76284?page=1>

Francia, G. (2021). *Psicología de la salud: qué es, historia y funciones*.

Psicología-online.

<https://www.psicologia-online.com/psicologia-de-la-salud-que-es-historia-y-funciones-5460.html>

Hernández, R. (2020). *Gordofobia: la discriminación de las personas gordas*

[Infografía]. Comunicación Social ENTS-UNAM.

<https://copred.cdmx.gob.mx/storage/app/media/infografia-gordofobia.pdf>

Hothersall, D. (1997). *Historia de la psicología* (Tercera edición ed.). McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES.

https://mv1.mediacionvirtual.ucr.ac.cr/pluginfile.php/2060362/mod_resource/content/1/historia-de-la-psicologia-david-hotershall-3ra-ed.pdf

OMS. (1946, julio 22). ¿Cómo define la OMS la salud? (Official Records of the World Health Organization).

<https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%ABLa%20salud%20es%20un%20estado,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB>.

Piñeyro, M. (2020). *GUÍA BÁSICA SOBRE GORDOFOBIA. Un paso más hacia una vida libre de violencia* (1 ed.). Instituto Canario de Igualdad. Gobierno de Canarias. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Guia-gordofobia.pdf>

- Quirós, G. (2019). *Gordofobia: Efectos Psicosociales de la Violencia Simbólica y de Género Sobre los Cuerpos. Una Visión Crítica en la Universidad Nacional, Heredia*. Facultad de Filosofía y Letras, Instituto de Estudios de la Mujer.
<https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/14894/Gordofobia.%20efectos%20psicosociales%20de%20la%20violencia%20simb%C3%B3lica%20y%20de%20g%C3%A9nero%20sobre%20los%20cuerpos.%20Una%20visi%C3%B3n%20cr%C3%ADtica%20en%20la%20Universidad%20Nacional%20de%20Heredia>
- Rodriguez, G. (2010, agosto 1). Desarrollo de la Medicina Conductual en México. *Volumen 1*(Revista Latinoamericana de Medicina Conductual / Latin American Journal of Behavioral Medicine), 5-12.
<https://www.redalyc.org/pdf/2830/283021975002.pdf>