



**Casa abierta al tiempo**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA  
UNIDAD XOCHIMILCO**

**DOCTORADO CIENCIAS EN SALUD COLECTIVA**

**SIGNIFICADOS SOBRE EL CUERPO Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN  
ESTUDIANTES ADOLESCENTES CON OBESIDAD DEL ESTADO DE  
HIDALGO**

TESIS:

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE DOCTORA EN  
CIENCIAS EN SALUD COLECTIVA

PRESENTA  
VERÓNICA RODRÍGUEZ CONTRERAS

DIRECTOR DE TESIS:  
DR. JOSÉ ALBERTO RIVERA MARQUEZ

MÉXICO, D.F.

ABRIL 2016

**“Para la elaboración de ésta tesis se contó con el apoyo de una beca del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT)”**

## **DEDICATORIAS**

### **A mis padres**

**Josefina y Alfonso†**

Les dedico este trabajo en agradecimiento a su infinito amor

### **A mi hija Valentina**

Por estar en mi vida

### **A mis hermanos**

**Rodrigo, Carmen, Gaby y Anita**

Por su amor y apoyo

### **A mis sobrinos**

Por su cariño y compañía

### **A todos mis amigos**

Por compartir lo hermoso que es la vida

## **AGRADECIMIENTOS**

Expreso mi agradecimiento a mi director de tesis Dr. Alberto Rivera Márquez por su apoyo en la realización de este trabajo, pero sobre todo agradezco su apoyo en los procesos personales y emocionales que en ese tiempo se presentaron en mi vida.

Agradezco a las autoridades de las instituciones Preparatoria No. 3 de la UAEH, COBAEH Zapotlán, COBAEH Zempoala y COBAEH Cardonal por permitirme realizar ésta investigación.

También agradezco a cada uno de los adolescentes que con su tiempo y disposición hicieron posible este trabajo.

Finalmente agradezco a mis maestros de la UAM-X, Carolina, Olivia, Sergio, y Edgar por brindarme un mundo de conocimientos y experiencias.

## ÍNDICE

RESUMEN .....	
INTRODUCCIÓN .....	8
CAPÍTULO I. LA SIGNIFICACION DEL CUERPO Y LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS .....	13
1.1. Significación y subjetividades del cuerpo y la alimentación .....	13
1.1.1. Redes de significados.....	15
1.2. La obesidad y la alimentación en las sociedades tradicionales y la modernidad	18
1.2.1. Organización del poder sobre la vida, el cuerpo y la alimentación	22
1.3. El cuerpo y la alimentación en la personalización posmoderna.....	30
1.3.1. La gestión de la subjetividad y las redes de significados como mecanismo de control sobre los cuerpos .....	33
1.3.1.1. Los signos del cuerpo, la alimentación y el juego social .....	33
1.3.1.2. De la circulación y normalización del cuerpo y la alimentación	36
1.3.1.3. Deseo y anhelo del consumo.....	39
1.3.1.4. Autorresponsabilización, riesgo y miedo a las elecciones sobre el cuerpo y las practicas alimentarias .....	40
1.3.1.5. Gestión de la información sobre el cuerpo y la alimentación..	46
1.3.1.6. Indiferencia e insensatez a lo social, como motor de consumo	47
CAPITULO II. LOS SIGNIFICADOS SOBRE EL CUERPO Y LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS: NORMAS SOCIALES Y CONSUMISMO .....	52

2.1. Significados de la obesidad y la alimentación como normas racionales y mecánicas.....	52
2.2. Cuerpo máquina y cuerpo naturaleza .....	55
2.3. Alimentación como objeto de la razón y la comida como irracionalidad.....	59
2.4. Obesidad en la distinción cuerpo/naturaleza y cuerpo propio/cuerpo de los otros	68
2.5. Obesidad e individualismo narcisista .....	88
2.6. Información, medios masivos de comunicación y cuerpos ideales.	92
ABORDAJE METODOLÓGICO .....	121
CONCLUSIONES .....	127
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA .....	137

## RESUMEN

Abordar los significados de la obesidad en los adolescentes da conocimiento sobre las formas como ellos viven su experiencia, cómo entender mejor por qué están fallando las intervenciones tradicionales de educación y promoción de dietas saludables y cómo debe intervenir de manera efectiva desde perspectivas socio culturales. El objetivo del presente estudio fue entender los significados que los adolescentes con obesidad tienen sobre su cuerpo y prácticas alimentarias en el estado de Hidalgo. Se utilizó una metodología cualitativa, haciendo entrevistas semiestructuradas a 36 adolescentes de escuelas públicas de Hidalgo. Mediante el análisis de las redes de significados se encontró una alta estigmatización de la obesidad relacionada con el racionalismo, la medicalización, la auto responsabilidad y la desvalorización de los adolescentes por su condición corporal y sus prácticas. Cuando el contexto exige cuerpos útiles e individuales el adolescente obeso es relacionado con lo contrario, con la pereza y el desbordar el espacio del individuo normal, etcétera. Además, en la actualidad al promoverse el consumismo, la competencia y el narcisismo individualista, los adolescentes consideran válido, por un lado, el goce del cuerpo y de la comida, y por otro, los modelos corporales de esbeltez que significan el éxito. Esto les produce tensión porque entienden que su potencialidad como personas se reduce por la obesidad. Todo esto lleva a una baja autoestima: por ser la autoestima muy valorada actualmente, se refuerza la estigmatización de los adolescentes que la padecen.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad se convive con una mayor disponibilidad de alimentos que en tiempos precedentes. Las industrias alimentarias han puesto a disposición de los consumidores una abundante variedad y volumen de alimentos. Al mismo tiempo se cuenta con un conocimiento mayor sobre ellos y sus efectos sobre la enfermedad. Pero no comemos bien, de acuerdo con los cánones nutricionales existentes (Contreras, 2002). Comemos más de lo necesario o más de lo que exige nuestra salud. ¿Por qué sucede esto? El problema es muy complejo ya que la alimentación y la obesidad son fenómenos sociales, psicológicos, económicos, simbólicos, son culturales en general. Por tanto, pueden tratarse como fenómenos subjetivos y contextuales, más que objetivos y medicalizados.

¿Por qué el estudio de la obesidad en adolescentes? La obesidad en niños y adolescentes tiene importantes consecuencias para su vida, tanto en términos físicos como psicológicos y sociales (Rodríguez, 2006). Por una parte, existe la probabilidad de que la obesidad infantil persista en la adultez (Dietz, 1994; Rodríguez, 2006). Asimismo, se ha evidenciado que la obesidad en adolescentes es un factor de propensión para el desarrollo de trastornos metabólicos (Marcos-Daccarett, Núñez-Rocha et al., 2007). La obesidad es el principal factor de riesgo modificable para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles, como son diabetes mellitus, enfermedades cardiovasculares (principales causas de mortalidad general en adultos mayores) y ciertos tipos de cáncer (Barquera, Campos-Nonato et al., 2013 ).

La obesidad se encuentra entre las principales preocupaciones de política pública en salud del país (Hernández, Dommarco et al., 2013). La prevalencia de la obesidad en niños y adolescentes ha aumentado en las últimas décadas, así, de acuerdo con los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 [ENSANUT 2006], la prevalencia nacional combinada de obesidad y sobrepeso en niños de entre 5 y 11 años fue de 26% para ambos sexos, en comparación con la



prevalencia de 1999, que fue de 18.6%, con un aumento de 39.7% para los sexos combinados. Por su parte, la tendencia de la prevalencia de la obesidad en adolescentes de 12 a 19 años de edad según las ENSANUT de 2006 y 2012 aumentó para los hombres de 13 a 14.5% y para las mujeres de 33.4 a 35.8% respectivamente. Mientras que la prevalencia de riesgo de obesidad en adolescentes mujeres tuvo un incremento constante en México de 11.1% en 1988 a 6.4% en 1999, a 10.9% en 2006 y a 12.1% en 2012. En el Estado de Hidalgo en 2012 35% de los adolescentes presentó sobrepeso u obesidad: uno de cada cinco sobrepeso y uno de cada diez obesidad (INSP 2012). Entre 2006 y 2012 el aumento de sobrepeso y obesidad fue de 5% para ambos sexos: 7% para las mujeres y 3% para los hombres.

Abordar esta situación requiere entender que existe una relación estrecha entre la obesidad de los adolescentes y las estructuras socioculturales donde éstos se desarrollan (Contreras, 2002). El acto de comer y la obesidad deben distanciarse de abordajes biomédicos de la nutriología, para más bien ahondar en planos sociales y culturales, como lo hace la salud colectiva (Almeida Filho, 2001) y adentrarse en las valoraciones de los sujetos sobre el proceso salud/enfermedad/atención (Samaja, 2004), en su subjetividad y sus significados.

En este sentido una investigación que trataba sobre el significado de la obesidad en adolescentes de Temuco, Chile (Collipal, Silva et al., 2006), encontró que las palabras que estaban presentes con alto valor semántico sobre el concepto "obesidad" fueron: gordura, grasa, sobrepeso, discriminación, depresión, enfermedad, ansiedad, problemas, baja autoestima, chatarra y sedentarismo, entre otras, con variaciones menores entre niños, niñas y según el grado escolar. Por su parte, Queiroga, Vansconcelos y colaboradores (2010) en Brasil encontraron que los adolescentes relacionaban la obesidad con el aumento de peso, la anormalidad, con la grasa y su ingesta y como enfermedad.

Estos significados además muestran una relación entre la obesidad y la estigmatización social de los jóvenes, como lo evidencia el estudio de Fernández-

Ramírez, Esquirol Arias y colaboradores (2012). Allí se encontró que la imagen de las personas con obesidad es de marginalidad social, de personas voraces, enfermas del exceso de apetito, prelude de nuevas patologías, anormales en su cuerpo, raras, peligrosas para los suyos porque influyen hábitos alimentarios riesgosos, o perezosos, costosos para los sistemas de salud. Esta estigmatización surge en parte por la autorresponsabilización y falta de voluntad que se le atribuye a los obesos sobre su condición, como lo descubrieron Queiroga, Vansconcelos y colaboradores (2010) en Brasil o Arnaiz, Comelles et al. (2007), cuando indican que para las mujeres ponerse en régimen dietético supone tener voluntad y, al contrario, no seguirlo es descuido, abandono y negligencia. Por su parte en México (Martínez-Aguilar, Flores-Peña et al., 2010) observaron que la creencia dominante era que el tamaño corporal estaba fijado por la herencia. Así que ante la obesidad, la subjetividad y la estigmatización, se tiene un abanico amplio de sentidos, desde autorresponsabilizar a la persona sobre su situación o restársela atribuyéndosela a la herencia familiar.

Las subjetividades y significaciones sobre la obesidad y sus correspondientes estigmatizaciones son heterogéneas, dependiendo del contexto socio cultural. Así, una investigación que comparaba la percepción de la obesidad entre españoles y cubanos obesos, evidenció que los primeros se percibían de forma mucho más negativa que los segundos (Jáuregui Lobera, Plasencia et al., 2008). Entre los primeros fueron más frecuentes los calificativos como pasivo, discutidor, inquieto, exasperante o nervioso, mientras que entre los cubanos fueron mucho más utilizados adjetivos como optimista, cariñoso, educado, sociable, virtuoso o valiente. Cuando quien califica al obeso es una persona no obesa el uso de calificativos como pasivo, excluido, vago, etcétera, es frecuente. Se muestra cómo la percepción sobre las personas obesas tiene una base estereotipada de ellas. Finalmente, se concluyó que a mayor presión social hacia la delgadez el juicio sobre las personas obesas se tornó más severo y estigmatizante, a la vez que el “problema estético” pareció pasar a un primer plano, por encima de criterios de salud.

La subjetividad, significaciones y estigmatizaciones de la obesidad trae importantes problemas para los niños y adolescentes de orden psicológico y social, que llegan a impactar las posibilidades de desarrollar sus potencialidades tanto físicas como intelectuales (Hurtado-Valenzuela, Sotelo-Cruz et al., 2005). En diversas investigaciones en Brasil y México sobre la percepción de la obesidad en adolescentes, se encontró que ellos presentaban baja autoestima (Martínez-Aguilar, Flores-Peña et al., 2010) (Queiroga, Vansconcelos y colaboradores, 2010), aunque se han identificado que contaban con mecanismos psicológicos de defensa ante la obesidad.

El Estado mexicano estableció en el año 2010 el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria como el primer esfuerzo de política pública explícita para la prevención de la obesidad y las enfermedades crónicas asociadas. Sin embargo, como lo señalan Barquera, Campos-Nonato et al. (2013) no existe evidencia que permita inferir que la obesidad disminuirá y tampoco se reducirá la estigmatización y los problemas psicológicos relacionados con la obesidad, por lo que las políticas públicas deberán insistir en ambas.

De acuerdo con Fernández-Ramírez, Esquirol Arias y colaboradores (2012), para enfrentar la estigmatización y los problemas psicológicos relacionados se necesitan cambios en las metáforas y en los campos semánticos con los que cada sociedad está elaborando su discurso sobre la obesidad. Por tanto, es necesario profundizar en los procesos de significación que realizan los adolescentes sobre su cuerpo y sus prácticas alimentarias, pues éstas son las que le darán sentido a los hábitos que realicen, facilitarán su introyección y las maneras como elaborarán los aspectos psicológicos relacionados.

La tesis está organizada en dos capítulos. En el capítulo I aparecen los elementos conceptuales centrales que se toman como base para abordar la problemática estudiada. Sobresalen la significación y subjetividades del cuerpo y las prácticas alimentarias, así como las redes de significados sobre la obesidad y la alimentación. En el capítulo II se elabora una aproximación cualitativa para dar

cuenta de los significados que los adolescentes tienen con respecto al cuerpo, la obesidad y sus prácticas alimentarias. Se presenta el análisis al que se llegó a partir de articular los elementos conceptuales desarrollados en esta tesis con los significados encontrados en los estudiantes adolescentes con obesidad. Finalmente, se plasman las conclusiones generales de la tesis, que abordan los elementos centrales de este trabajo.

## **CAPÍTULO I. LA SIGNIFICACION DEL CUERPO Y LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS**

### **1.1. Significación y subjetividades del cuerpo y la alimentación**

El cuerpo no es solamente una colección anatomofisiológica de órganos y funciones coordinadas o la alimentación de sus componentes –proteínas, vitaminas, etcétera-. Cuerpo y alimentación están en el cruce de todas las instancias de la cultura, son puntos del campo simbólico. La construcción sociocultural del cuerpo se da de arriba para abajo y viceversa. Hay una serie de hechos sociales, externos y coercitivos a la persona, que producen una forma específica de significar el cuerpo y la alimentación.

Hay tantas redes de significados del cuerpo que se entretajan con otras, como sociedades hay. Siguiendo a Wenger (2001) definimos a los significados como las maneras de hablar de nuestras capacidades cambiantes, tanto individuales como colectivas, de experimentar nuestras vidas, nuestros cuerpos y el mundo como algo significativo. En cierta medida los significados son la objetivación de la subjetividad de los sujetos. La subjetividad sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias se refiere un tanto a la conciencia del sujeto sobre su propio cuerpo como el de otros y al de sus prácticas alimentarias como a la de otros.

Por otro lado, la subjetividad no es un fenómeno individual, pues la realidad de la vida cotidiana se presenta como un mundo que se comparte con otros, es decir, es intersubjetivo. Los sujetos asumen que hay una correspondencia entre sus significados y los de los otros, compartiendo un sentido común de la realidad del mundo. Así, el conocimiento del sentido común es el que los sujetos comparten con otros en las rutinas normales y autoevidentes de la vida cotidiana, sobre su cuerpo, la obesidad o las prácticas alimentarias. Para Berger y Luckman (1968), la vida cotidiana se presenta como una realidad interpretada por los humanos y que para ellos tiene el significado subjetivo de un mundo coherente.

Por otra parte, las subjetividades de los sujetos sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias no son únicas sino múltiples. Además, las múltiples subjetividades se ven atravesadas por relaciones de poder. Las significaciones sobre el cuerpo y la alimentación que buscan ser hegemónicas desde arriba, se entretajan con otras redes de significaciones, que desde abajo, varían según el contexto donde se vive y trabaja.

Un caso especial de objetivación de la subjetividad es la significación, o sea, la producción humana de signos. Un signo puede distinguirse de otras objetivaciones por “su intención explícita de servir como indicio de significados subjetivos” (Berger y Luckmann, 1968). El lenguaje, entendido como sistema de signos vocales, es el sistema de signos más importante de la sociedad humana. Aunque el lenguaje se origina en la situación “cara a cara”, puede separarse fácilmente de ella, fundamentalmente por su capacidad de comunicar significados que no son expresiones directas de subjetividad “aquí y ahora”. El lenguaje es capaz de transformarse en “un depósito objetivo de vastas acumulaciones de significado y experiencia, que se pueden preservar a través del tiempo y transmitir a las generaciones futuras (Berger y Luckmann, 1968).

El signo es algo que se pone en lugar de otra cosa, o sea, su referente (Eco, 1976). Entonces deben distinguirse tres partes del proceso sígnico: a) el significante -o el signo propiamente dicho- como entidad física, ejemplo la palabra “gordo”; b) el significado, o sea, lo que es dicho por el signo y no representa una entidad física como tampoco es necesaria su presencia física, p ej. al tener un código o una regla elemental de significación el signo gordo corresponde a una entidad todavía no definida “gordo”, que no requiere la presencia física del gordo; y, c) el referente, al cual se refiere el signo y puede ser una entidad física o acontecimiento, es decir, el gordo mismo o todos los gordos que han existido o existirán. Entre el significante y el referente hay una relación obscura debido a su arbitrariedad, por lo tanto, no hay ninguna razón para llamarle “gordo” al gordo.

Los jóvenes utilizan significantes o los signos propiamente dichos en el proceso de significación. Vale recordar que un significante, como gordo, puede tener uno o varios significados. Además, el significante no representa la totalidad del objeto sino que mediante abstracciones lo representa desde un determinado punto de vista, “gordo” no representa la totalidad de una persona con obesidad. En este sentido hay signos que significan las características de una situación espacial o temporal, destacando las propiedades más acusadas del referente que sirven para su reconocimiento como gordo, para identificar a una persona con obesidad. Los signos también se pueden distinguir por el comportamiento que estimulan en el destinatario, es decir, tienen fines pragmáticos (Eco, 1976), o sea, cuando se usa el signo gordo se espera algo de quien escucha. Así, o signos que significan algo dotado de un estado preferente en relación con el comportamiento que se ha de llevar a cabo, ejemplo, flaco es mejor que gordo; o *signos*, donde se ordena un comportamiento, del tipo “no comas tanto”.

En resumen, el análisis de los significantes que usan los jóvenes sobre el cuerpo, las prácticas alimentarias y la obesidad requieren identificar si se relacionan con uno o varios significados, así como si tienen una relación estrecha o más ambigua con el objeto, con el referente, y las maneras en que se constituyen los signos para definir el comportamiento que estimulan en el destinatario. Veamos ahora el significado.

### **1.1.1. Redes de significados**

El sentido o significado de un significante se identifica por la amalgama con otros sentidos, constituidos en redes de significaciones o códigos de interpretación, presentes en el contexto, la situación y la forma de participación de los sujetos. Por lo tanto, el significado puede variar inmensamente a partir de la forma en que se articula con los múltiples códigos de interpretación o red de significaciones. Así, «gordo» significará una cosa muy distinta en una conversación cariñosa entre esposos y otra en medio del *bullying* escolar, porque ambos se componen de

redes de significados distintos y «gordo» sólo cobrará sentido cuando se inserta en esa red.

De esta forma, siguiendo a Eco (1976), las redes de significados se constituyen a partir de ejes de opuestos en los que participa cada significado. Pares de opuestos como gordo-flaco, fuerte-débil, pero también engordar-enflaquecer, fortalecerse-debilitarse, etcétera. Esta oposición se fija desde un solo punto de vista, así los primeros se basan en el volumen corporal de un hombre y en su aumento o disminución. Pero, el significado «gordo» en la vida cotidiana no remite a un solo punto de vista, sino al encuentro de varios de ellos: tanto al volumen o su aumento en el cuerpo de un humano pero también de un animal o una cosa o hasta de cuestiones no físicas como una emoción. En resumen, el análisis de los significados se refiere a este entrecruzamiento de múltiples redes de significados, estructurados internamente en binomios, que dependen de los contextos, situaciones y la participación de los sujetos.

El sujeto aprehende al otro mediante esquemas tipificadores, es decir, como «joven», «profesor», «gordo», afectando la interacción entre ambos. Para Berger y Luckman (1968) si el sujeto tipifica a otro como «gordo» *ipso facto* interpreta algunos elementos de su comportamiento como resultantes de la tipificación, anudando el significado «gordo» a su red de significados, y que cualquier otro con esa tipificación de «gordo» se comportará y significará igual. Es decir, si se tipifica a alguien como «gordo» se puede concluir de manera estereotipada que el comportamiento de esa persona se explica especialmente por ser «gordo». Sin embargo, cuando el otro puede presentarse en su plena expresividad, es decir, irrumpir y contradecir la tipificación que se le hace, puede manifestarse como individuo típico único y por tanto atípico, explicando su comportamiento no por ser «gordo» sino por su historia y su subjetividad. El problema se presenta cuando el otro no puede irrumpir, porque no está presente o porque no tiene el poder para hacerlo de forma efectiva.



Cuando la objetivación de experiencias biográficas e históricas se retiene y se acumula se crean redes de significados, de tipificaciones, relativamente estables, formándose un acopio social de conocimiento, que se transmite y está al alcance de los sujetos. En la vida cotidiana las redes de significados sirven esencialmente para dar sentido a las rutinas y a los problemas rutinarios de la vida cotidiana, tanto sociales como naturales. Así, al toparse con un «gordo» en el día a día puede manejarse de forma más eficiente si se usan esas redes de significados y tipificaciones, pues no se tiene que explorar en cada nuevo encuentro qué hacer.

Así mismo, hay una distribución social de las redes de significados, donde diferentes individuos las poseen en grados diferentes. Así, un sujeto no tiene las mismas configuraciones de las redes de significados que sus semejantes, y viceversa. Esta producción de significados tiene que ver con nuestra capacidad de “poseer” redes de significados, supone relaciones de poder; cómo las personas se apropian y producen significados por su cuenta o son determinados por otros.

Cuando las redes de significados presentes en un contexto son incorporadas por una persona de manera directa, sin reelaboraciones, estaríamos hablando de la *doxa*. En cuanto la *doxa*, según Eagleton (2003) “pertenece a la clase de orden social estable y tradicional donde el poder es totalmente naturalizado e incuestionable, de modo que ninguna disposición social distinta de la vigente puede ser siquiera imaginada.” Es decir, la red de significados estructurada a partir y para reproducir el contexto social específico, no es reelaborada o resignificada de manera importante por los sujetos, sino que se toma de manera casi literal o se naturaliza, hay una hegemonía de esa red de significados, una *doxa*, para interpretar el contexto y moverse adecuadamente en él. Entre los jóvenes pueden existir redes de significados sobre el cuerpo, la obesidad y las prácticas alimentarias que basadas en la *doxa* naturalizan y pueden estigmatizar a las personas con obesidad y sus prácticas. Pero si el sujeto no sólo reelabora esa red de significados, sino que toma distancia de esa red y teje o articula de otra forma un significado con otras posibles redes de ellos, estamos frente a una *heterodoxia*.

Los jóvenes también pueden reelaborar sus redes de significados y tipificaciones llevándolas a la heterodoxia para cuestionar las tipificaciones que se hacen sobre personas concretas que presentan obesidad. Quienes ejerzan el poder, opondrán la *ortodoxia* a la heterodoxia. La ortodoxia difiere de la *doxa* en que los guardianes de la tradición, de las redes de significados sobreentendidas, se ven obligados a hablar en su propia defensa, y a presentarse implícitamente a sí mismos como una posición posible entre otras. Así, ante nuevas redes de significados sobre el cuerpo y las prácticas concretas que hacen las personas con obesidad se le opone lo que tradicionalmente se dice sobre aquella. Por lo que, las significaciones sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias es un campo de luchas y negociaciones para imponer algunas sobre las otras.

### **1.2. La obesidad y la alimentación en las sociedades tradicionales y la modernidad**

En el presente apartado nos centraremos en las dimensiones socioculturales de la obesidad, y más específicamente en las distintas formas como en la modernidad y la posmodernidad, se han construido ciertos significados como legítimos a los cuerpos con obesidad y las prácticas alimentarias.

En México, se entremezclan la modernidad y la posmodernidad con lo no moderno entretejiendo de manera compleja una cultura híbrida (Canclini, 2012). Los significados de los adolescentes sobre su cuerpo y la alimentación es una configuración compleja y diversa de aspectos no modernos, con modernos y posmodernos. Hoy en día estas significaciones están definidas por la crisis cultural en la que vivimos (Contreras, Hernández et al., 2005). Fundamentalmente, por la desestructuración de los sistemas normativos y de controles sociales que regían tradicionalmente las prácticas y representaciones alimentarias y del cuerpo en la modernidad y la reestructuración de nuevos mecanismos de control de la posmodernidad.

En las sociedades no modernas, del mundo indígena y rural, de las medicinas populares y no occidentales, donde la persona se subordina al colectivo, el cuerpo

no es escindido ni del grupo, ni del hombre, ni de la misma naturaleza. Es difícil discernir entre cuerpo, hombre, otros y mundo. Le Breton nos recuerda cómo la lengua Euskera de los pueblos vascos, los cinco elementos naturales y divinidades antiguas ordenan los componentes de la persona: aire, tierra, agua, fuego, y madera (Le Breton, 2002b). Son las cinco raíces léxicas con las que se construye todo un vocabulario anatómico que inscribe en la lengua la correspondencia entre el cuerpo humano y el cosmos. La palabra cuerpo puede existir en muchas sociedades africanas pero la persona no está limitada por los contornos de su cuerpo, no dibuja las fronteras de su individualidad. El hombre es un nudo de relaciones con sus antepasados, con el cosmos, con los otros, no es un individuo en tanto indivisible y distinto, sino una diferencia, lo que marca la multiplicidad de la vida colectiva.

En estas sociedades las representaciones del cuerpo son efectivamente las representaciones de la persona, continuas con el mundo. La imagen del cuerpo es una imagen de sí mismos nutrida por las mismas materias que componen el mundo. El cuerpo no encuentra su principio en sí mismo sino que sus elementos deben buscarse en esos otros lugares donde participa el hombre. Pero no se detiene allí, pues otros principios además del cuerpo participan en la fundación de la persona, como los antepasados, el cosmos, los otros. El hombre es una parcela del cosmos, es un microcosmos que forma parte del macrocosmos. En las culturas andinas el cuerpo, las montañas, los ríos, el mundo en general mantienen una continuidad espiritual, funcional, morfológica, y de sentido, la diferencia se encuentra en sus dimensiones micro y macro. Asimismo, en los colectivos no modernos la transformación de las cosas en otras es un elemento común. De esta forma, la muerte no es el aniquilamiento del cuerpo sino un paso de cambio hacia otra cosa presente en el mundo.

El principio de la fisiología humana está contenido en la cosmología. En estas tradiciones no modernas y populares, el cuerpo humano es un vector de inclusión

y no de exclusión como sucede en los cuerpos modernos. El cuerpo vincula al hombre con todas las energías visibles e invisibles que circundan el mundo.

Por otra parte, en las sociedades campesinas e indígenas el hambre podría representar una experiencia relativamente común, pues los periodos de escasez o de hambruna no eran inusuales (Contreras, 2002). Se podrían encontrar periodos alternativos de abundancia y escasez, lo que puede hacer entender que la glotonería fuese una práctica socialmente aceptada y valorada. Así, la robustez o un cierto grado de obesidad y la abundancia de comida podían ser contemplados a menudo como favorables, como señal de belleza, honorabilidad, riqueza y prestigio.

En las culturas no modernas, la comida juega un papel importante en la sociabilidad, el ritual, la espiritualidad, la naturaleza. La comida vincula a la comunidad, a los sujetos con los otros, con la naturaleza, con los dioses. Al igual que con el cuerpo, se mantiene la continuidad entre comida, otros y mundo. Las prácticas no modernas de alimentación vinculan la comida con fuerzas de la naturaleza. Así, ciertas prácticas alimentarias buscan mantener la armonía con el cosmos y los poderes inmanentes.

Tendría que esperarse hasta el siglo XVI en que se prefiguraría las representaciones modernas del cuerpo y la clausura del sujeto en individuo (Le Breton, 2002b). Un cuerpo liso, moral, sin protuberancias, discontinuo del mundo, aislado de los otros, encerrado en sí mismo y además, reticente a toda transformación eventual. Las sociedades modernas inventaron la ideología del individuo libre, autónomo y semejante a los demás, el liberalismo, con el fin de asegurar desde el discurso, la hegemonía del capitalismo y su instauración con una economía libre fundada en el empresario independiente y el mercado.

Con el ascenso del individualismo, se debilitaron los lazos entre los sujetos, se dio preponderancia al aspecto más voluntario de los contactos, y al aumento de la importancia de la vida privada en detrimento de la pública. De esta forma, se

propició una ruptura entre hombre y cuerpo, y entre hombre y cosmos. Estas son las fuentes de la representación moderna del cuerpo (Le Breton, 2002b). El cuerpo moderno implica tres rupturas del sujeto: con los otros -estructura social individualista-, consigo mismo –poseer un cuerpo más que ser su cuerpo- y con el cosmos –las materias primas que componen al cuerpo no encuentran correspondencia en otra parte (Le Breton, 2002a).

Bajo la primera ruptura, sujeto/otros, el individuo tiende a convertirse en el lugar autónomo de los valores y vínculos entre los sujetos, tomando distancia de la comunidad y las tradiciones. El individualismo se construye a partir del debilitamiento de los vínculos comunitarios. El cuerpo es la parte indivisible del sujeto, el factor de individuación, en colectividades en donde la división social es la regla (Le Breton, 2002b). El sentimiento de ser individuo antes que ser miembro de una comunidad hace del cuerpo la frontera precisa entre un hombre y otro. Marcar los límites del cuerpo implica marcar las fronteras con la otredad.

Como consecuencia se presenta una segunda ruptura: entre cuerpo/hombre. Ésta le permite decir al sujeto “mi cuerpo”, utilizando un modelo de posesión y de control. El análisis anatómico-fisiológico y el saber biomédico, la filosofía mecanicista y el dualismo cartesiano, dan sustento a la separación y discontinuidad entre el cuerpo y el hombre, considerando al primero como algo en sí que se puede manipular como un objeto. En este sentido se le da un cuerpo al hombre, un hombre que quiere hacerlo útil, hacerlo dócil. El cuerpo se asocia al poseer y no al ser.

La filosofía mecanicista entendió al cuerpo como una máquina más. La naturaleza como el cuerpo, carentes de los misterios que le daba la religión en la Edad Media, se convierten en la modernidad, en juegos mecánicos donde se despliega la energía humana para conocerlos y transformarlos. La naturaleza y el cuerpo son poseídos para ser transformados por el hombre.

Además, este dualismo produjo la distinción de las colectividades humanas entre las élites modernas, los hombres pertenecientes a los grupos privilegiados y eruditos de la burguesía, más cercanas a la razón, al individuo y al alma, y su diferencia clara con lo popular y su ausencia de diferencia entre el cuerpo, el hombre, el cosmos y los otros (Le Breton, 2002b). Esas élites y su conocimiento moderno buscaban el sometimiento de los colectivos y culturas populares y sus relaciones con el cuerpo. Además, la liberación de lo religioso llevará la conciencia de la responsabilidad personal. Así, el *uomo universalis* tiene una orientación relativa de sus acciones sobre el mundo. Es él o ella misma quien debe forjar su futuro como individuo y la sociedad en que vive y no la Providencia.

La tercera ruptura cuerpo/cosmos hace referencia al abandono progresivo en Europa de la visión teológica de la naturaleza y en las Américas a la aculturación de las formas de entender el mundo indígena tras la colonización europea, que condujeron a considerar al mundo que lo rodea como una forma pura, indiferente, universal, ontológicamente vacía que sólo el hombre puede moldear. El cuerpo aparece como un accidente o un obstáculo para el conocimiento y la transformación del mundo. El hombre debe apartarse del cosmos y de su propio cuerpo.

Las concepciones modernas sobre el cuerpo están vinculadas con la emergencia del pensamiento racional positivo y laico sobre la naturaleza. El saber del cuerpo y de la naturaleza se convierte en un patrimonio más o menos oficial de un grupo de especialistas protegidos por la racionalidad de su discurso que convive con saberes populares. Para Le Breton (2002b) esto remite a la escisión entre la cultura erudita y las culturas populares de tipo comunitario. Ambas conviven hasta el día de hoy, interactuando, resistiendo, imponiéndose.

### **1.2.1. Organización del poder sobre la vida, el cuerpo y la alimentación**

Este cuerpo-máquina, cuerpo-objeto de conocimiento, para articularse a la lógica capitalista busca su perfeccionamiento por las tecnologías políticas del cuerpo. Con ello se garantizaba el control político sobre los individuos y el aumento de la

fuerza de trabajo. Como bien señala Chapela (2010), el ejercicio del poder sobre el cuerpo pasa por señalarlo, conocer sus detalles, establecer juicios sobre lo que está bien o mal, lo que es peligroso o no, lo que facilita el control del orden social capitalista sin necesidad de recurrir a la fuerza física o realizar gastos de prestigio, consenso, materiales u otros. El desarrollo del capitalismo se podía sostener a partir de la inserción controlada de los cuerpos en el aparato de producción y un ajuste de los fenómenos de la población a los procesos económicos (Foucault, 1998). Los grandes aparatos coercitivos del Estado aseguraban las relaciones de producción mientras los dispositivos disciplinarios y reguladores de las poblaciones actuaron en el nivel de los procesos económicos y de las fuerzas involucradas que los sostienen. Este ejercicio de poder se incorpora en los individuos, lo que permite su control de manera más suave y con su consentimiento, sin estar constantemente poniendo en juego las relaciones de poder por parte de los grupos hegemónicos. Con el control de los cuerpos se garantizaba un orden social y la producción económica capitalista.

Las disciplinas sobre el cuerpo y las regulaciones de la población constituyen los dos polos sobre los que se desarrolló la organización del poder sobre la vida. En su articulación se buscaba obtener la sujeción de los cuerpos y de las poblaciones. Con ellas se inicia la era del Biopoder. La Biopolítica implicaba entonces medidas en ambos registros (Foucault, 1998): disciplinarias sobre los cuerpos individuales para un ajuste y economía de las energías, como vigilancias al detalle, control de los tiempos, arreglos espaciales, exámenes médicos y psicológicos; y tácticas reguladoras de poblaciones para su adiestramiento, identificación y distribución de las fuerzas, por medio de medidas masivas, estimaciones estadísticas, intervenciones a grupos sociales enteros. Estas tácticas se interrelacionan unas con otras en proporciones variadas combinando el objetivo de las disciplinas del cuerpo y la regulación de las poblaciones.

Con la disciplina se busca extraer del cuerpo su docilidad y utilidad máximas. Entre los siglos XVII y XVIII apareció esta nueva mecánica del poder, basada en

los cuerpos y lo que, estos hacen sobre la tierra y sus productos. Una mecánica que permitía extraerse tiempo y trabajo. El cuerpo está inmerso en un campo político, las relaciones de poder operan sobre él, de acuerdo con unas relaciones complejas de la utilización económica del cuerpo como fuerza de trabajo. Esto es posible ya que el cuerpo se halla prendido en un sistema de sujeción.

La disciplina intenta garantizar frente a las multiplicidades humanas una táctica de poder que responde a tres criterios: ejercer el poder lo menos costoso posible económica y políticamente, hacer que los efectos del poder alcancen su máxima intensidad y se extiendan lo más lejos posible sin discontinuidad, y aumentar la docilidad y utilidad de los elementos del sistema. Esto responde a una coyuntura histórica específica: un aumento demográfico de la población flotante en el siglo XVIII (antinomadismo), crecimiento de la población que se trataba de controlar (escolares, enfermos hospitalizados, soldados), crecimiento en complejidad y costo del aparato productivo.

Foucault define la disciplina como “estos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de fuerzas y les imponen una relación de docilidad-utilidad...”(Foucault, 2006). El cuerpo se convierte en fuerza útil cuando es a la vez cuerpo productivo y cuerpo sometido. (Foucault, 2002). Cada acto, incluida la alimentación, debe ser productivo y dócil, mientras los actos, posturas, volúmenes inútiles del cuerpo son desechados, castigados, desvalorados. De esta manera, las modalidades de la interacción social en la modernidad requieren un margen de posturas y actos corporales y alimentarios, social, cultural y contextualmente constituidas y legitimadas.

La disciplina no busca controlar espacialmente un territorio sino a los cuerpos de una multitud: disciplinar los talleres, disciplinar a los obreros, manejar la multiplicidad, organizarla, sus trayectorias, sus jerarquías, etcétera. Requiere, por lo tanto, hacer crecer constantemente las fuerzas sometidas y, a la vez, la fuerza y eficacia de quien las somete. En vez de doblegar, destruir, obstaculizar fuerzas el



poder, las promueve, las hace crecer, las ordena, las administra (Foucault, 1998). La vida se administra.

La disciplina es un modo de individualización de la multitud. El poder disciplinario tiene como función principal “enderezar conductas”, multiplica y usa las fuerzas, descompone hasta llegar a las singularidades, para encauzar esas multitudes móviles, usando un modelo de una economía calculada, modesta pero permanente. Mecanismos codificados en una vigilancia continua, menos dispendiosos o costosos económicamente, más eficaces, menos susceptibles de resistencia. Específicamente en la disciplina el cuerpo y el alma son asiento de las transformaciones. El individuo se sujeta a una coerción inmediata: su cuerpo dominado. El sometimiento del cuerpo se ampara en su saber, que es más que su funcionamiento, y un dominio de sus fuerzas, que es más que vencerlas, es decir, en una tecnología política del cuerpo. El hombre máquina se configura a partir de dos registros: el anatomo-metafísico, desarrollado por médicos y filósofos, y el técnico político, constituido por un conjunto de reglamentos militares, escolares y hospitalarios y por procedimientos empíricos y reflexivos para corregir y controlar las operaciones del cuerpo. En el siglo XVII uno de los polos de ese poder sobre la vida se aplicó mediante dispositivos característicos de la disciplina: la anatomopolítica del cuerpo humano. La anatomía política es un conjunto de elementos materiales y de técnicas que sirven de armas, de medios, a las relaciones de poder y saber, que cercan los cuerpos y los someten haciendo de ellos objetos de saber aquel cuerpo que se le pide docilidad opone sus condiciones de funcionamiento orgánico que deben tenerse en cuenta, deben conocerse, transformarse, refuncionalizarse para la utilidad (Foucault, 2002).

Conocimiento y sometimiento se hacen mediante una vigilancia minuciosa e ininterrumpida del cuerpo. Vigilancia sobre los ritos de evitamiento del contacto con el otro -circunscritos a ciertas reglas sociales precisas-, o el control de los movimientos y disposiciones del cuerpo -en instituciones como la cárcel, las

fábricas, los hospitales o las escuelas-, o el control de su volumen, peso, aspecto y contornos.

Así la vigilancia ha prescrito durante buena parte del siglo XX que la población debe adelgazar (Contreras, 2002) y ha establecido la obesidad entre sus objetos de conocimiento y trabajo. Ahora es una patología, una epidemia que debe ser intervenida a partir de las tecnologías médicas. En consecuencia, la alimentación también entró en la disciplina: ponerse a regimen es disciplinar el cuerpo, es decir, hacer que los individuos delimiten estrictamente las cantidades, tipos, lugares y tiempos de la alimentación, lo óptimo para producir y despreciar como inútil lo que exceda.

La fuerza de trabajo puede analizarse en unidades individuales. La disciplina individualiza los cuerpos por una localización que los distribuye y hace circular en una red de relaciones, pero no los arraiga (Foucault, 2002). Se hace un análisis, descomposición y posterior modificación de individuos, cuerpos, lugares, gestos, tiempos, actos, en función de objetivos determinados, para definir cuáles de aquellos son los más adecuados y cuál es el encadenamiento óptimo entre ellos para lograr estos objetivos. El tiempo de unos debe ajustarse al tiempo de otros de manera que la fuerza extraída de cada cual sea la máxima y combinada en un resultado óptimo. Se trata de controlar el tiempo, no sólo de entrada y salida de las cuadrículas sino de hacer útil cada instante en su interior. La combinación de medida de fuerzas exige un sistema preciso de mando, una relación de señalización donde no se trata de comprender sino de percibir la señal.

La penalidad perfecta de las instituciones disciplinarias compara, jerarquiza, diferencia, homogeniza, excluye, todo partiendo de la norma. El modelo óptimo de normalización disciplinaria se construye a partir de determinado resultado, de una norma. La disciplina fija los procedimientos de control permanente y distingue así entre quienes serán clasificados como ineptos o capaces, entre lo normal o lo anormal, lo que es capaz o no de ajustarse a la norma. Por ende, lo primero y fundamental no es lo normal o anormal sino la norma. Para Foucault (2006) se

trata más de una “normación” que de una normalización, tratando con ese término de destacar el carácter primario y fundamental de la norma. El poder de normación tiende a homogenizar pero individualiza cuando busca las desviaciones y hace útiles las diferencias. Técnicas como el examen, utilizado en medicina o nutrición, garantiza la fabricación del individuo, entre más sometido a las fuerzas disciplinarias, más vigilado, más individualizado se encuentra: en el niño, la mujer, el enfermo, el loco. El individuo es el átomo ficticio de una representación ideológica de la sociedad, producto de sistemas de ideas como la teoría política de los siglos XVII y XVIII, pero también, es una realidad fabricada por las tecnologías disciplinarias.

Por otra parte, en la disciplina se busca una relación entre un gesto y la actitud global del cuerpo, que es su condición de eficacia y rapidez (Foucault, 2002). Nada del cuerpo debe permanecer ocioso o inútil, todo debe formar parte del acto requerido. La preocupación de la disciplina por el tiempo es menos negativa, o sea, la ociosidad, sino más positiva: cómo extraer del tiempo cada vez más instantes disponibles y de éstos fuerzas útiles. Esta “anatomía política del detalle” se encuentra en las cárceles, y su figura en el panóptico, pero también en las escuelas.

Las reglas sociales que determinan las conductas sobre el cuerpo de los sujetos y cuyo sistema constituye su cultura corporal son el producto de las condiciones objetivas en las que vive. Son la relación entre las disposiciones y el contexto. Estas reglas son una función del grado en que los individuos extraen los medios materiales de existencia de su actividad física, de la venta de mercancías producto de esta actividad o de la venta de su fuerza de trabajo. Así se define las disposiciones corporales de cada clase social. Boltanski (1975) señalaba en los 60 que las clases populares establecieron una relación más bien instrumental con su cuerpo: la enfermedad se relacionaba con limitación a la actividad física y su queja al médico era por “falta de fuerza”. Casi no le prestaban atención al cuerpo usándolo como una herramienta a la que pedían que funcionara bien y durara.

Había una mayor tolerancia al dolor y se sentían orgullosos por no haber faltado al trabajo por razones de enfermedad. La disciplina de la fábrica así lo requería. En cambio, en las clases privilegiadas se prestaba mayor atención al cuerpo: estableciendo una relación más tenue entre salud y enfermedad y frente a ésta se adoptaba una actitud más preventiva. Así, a medida que crecía el nivel de instrucción y la importancia del trabajo intelectual y decrecía el trabajo manual el sistema de reglas se modificaba también: una relación consciente con su cuerpo; se entrenaban más en la percepción de sus sensaciones orgánicas y en la expresión de estas sensaciones; además, valoraban más la “gracia”, la “belleza”, la “forma física” en detrimento de la fuerza física. Como veremos más adelante, esta forma de entender el cuerpo, minoritaria en aquel entonces, pareciera ser la hegemónica hoy en la actualidad.

El sujeto por tanto, toma distancia del cuerpo y a la vez se lo oculta a sí mismo. El nacimiento del cuerpo con la modernidad implicó al mismo tiempo su borrado. De esta forma el cuerpo se hace consciente cuando el sujeto se enfrenta a situaciones límite, cuando deja de cumplir con sus funciones: enfermedad, crisis, dolor, imposibilidad física para hacer algo, ternura, placer, etcétera. Ocultamiento dando un privilegio a la mirada y despreciando el resto del cuerpo o impulsando la voluntad entre las personas de no sentir el cuerpo, de olvidarlo lo mejor posible.

A partir de esto podríamos pensar que la obesidad infringe esta norma, es un atentado a la disciplina del cuerpo: el cuerpo no se borra sino que se hace más voluminoso, más apreciable a la vista, y a la vez más inútil, menos ajustado a la celda disciplinaria y sus encadenamientos, más lento en sus tiempos. La obesidad pone al cuerpo en evidencia, los movimientos aparecen más escabrosos y por tanto más allá de la norma social.

En la vida cotidiana las interacciones están regidas por etiquetas sobre el cuerpo. El cuerpo debe pasar desapercibido y cada sujeto debe poder encontrar en el otro, como en un espejo, sus propias actitudes y una imagen que no lo sorprenda. Cuando no entra en esa ritualización el cuerpo puede aparecer con una apariencia

indiscutible; deja de estar borrado por la marcha del ritual y se vuelve difícil de negociar la interacción. Para él toda nueva interacción es una prueba y provoca una duda sobre cómo será recibido y aceptado por el otro con dignidad.

La imposibilidad de identificarse físicamente con él es el origen de todos los prejuicios. La alteración del cuerpo se transforma en estigma. El espejo del otro no sirve para iluminar el propio. La obesidad puede atraer las miradas y se convierte en un promotor de discursos y emociones.

En este contexto la asociación entre gordura, salud y prosperidad, propia de las culturas no modernas, empezó a perder su centralidad a principios del siglo XX como consecuencia de la disciplina de la acción médica y de las compañías de seguros. Como lo señala Contreras (2002), en 1900 ya empiezan a aparecer los actuarios con estándares de peso y salud, los médicos sugiriendo que la obesidad era un riesgo para la salud y las compañías de seguros a usar el peso como un indicador de riesgo. La delgadez es presentada como atractiva, se asocia con el éxito, el poder y otros atributos altamente valorados, mientras la gordura se considera física y moralmente insana, obscena, propia de perezosos y glotones.

La cultura ha cambiado la obesidad pero pareciera que la obesidad también ha cambiado la cultura. Por ejemplo, tradicionalmente la obesidad no se consideraba una enfermedad, sino más bien una condición predisponente para el desarrollo de otros padecimientos, por ello no se le registraba como diagnóstico. Sin embargo, la tendencia actual es reconocerla como una enfermedad crónica que constituye un importante problema de salud pública a escala mundial. Es decir, la obesidad ha entrado en el ámbito de acción de la medicina y ha tendido hacia su medicalización (Marcos-Daccarett, Núñez-Rocha et al., 2007). Comienza a difundirse la idea de que estar obeso es estar enfermo, lo que cambia las formas en las que las personas se relacionan con el cuerpo obeso.

El aumento de la obesidad en el siglo XX ha provocado una preocupación por la salud que se proyecta en dos aptitudes disciplinarias básicas y complementarias:

el “régimen” para cuidar la “línea”, y el “ejercicio” para mantener la “forma” (Contreras, Hernández et al., 2005). En ambos hay un control disciplinario sobre el cuerpo y las prácticas de los sujetos, sean alimentarias o físicas. Se han creado instituciones –centros de dietética o gimnasios–, especialistas y saberes que vigilan al detalle el cuerpo, lo que ingresa y lo que sale, lo que se gasta y lo que se ingiere. Nada del cuerpo y de la energía que consume y gasta puede ser inútil u ocioso. El gasto debe ser igual a lo ingerido y para ello es vigilado, examinado, pesado, medido y el sujeto es forzado a confesar sus prácticas alimentarias a los especialistas. La dieta aparece como una forma de inversión (Contreras, Hernández et al., 2005) para hacer al individuo más útil y productivo, el alimento justo y el cuerpo adecuado para producir. Hoy en día la comida relacionada con la delgadez se vincula con posiciones sociales superiores, mientras la comida grasosa y que genera obesidad con posiciones subordinadas (Bourdieu 2002).

### **1.3. El cuerpo y la alimentación en la personalización posmoderna**

De acuerdo con Lipovetsky presenciamos una mutación sociológica global que se desplaza de la disciplina hacia el proceso de personalización: es la fractura de la socialización disciplinaria, la elaboración de una sociedad flexible basada en la información y en la estimulación de necesidades, el sexo y la asunción de factores humanos (Lipovetsky, 2000). La gestión de las subjetividades, de las prácticas alimentarias y de los cuerpos no se hace ya por la tiranía de los detalles sino por el mínimo de coacciones y máximo de elecciones privadas, con un mínimo de austeridad y un máximo de deseo, de goce, menor represión y mayor comprensión de los riesgos y sus miedos. De la racionalización a la realización personal, el respeto a la singularidad subjetiva, o más precisamente a la gestión de las subjetividades.

El derecho a la libertad circunscrito en el pasado a lo económico, lo político y al saber, se instala ahora en las costumbres y en lo cotidiano. Atrás quedan los límites que la celda disciplinaria imponía a los cuerpos y prácticas alimentarias de los sujetos y se abre para ellos su libre circulación, de sus formas, sus usos, su apariencia. Arnaiz, Comelles et al. (2007) sugieren que los principios de autoridad

y disciplina están mal vistos en esta sociedad posmoderna, y para nuestro caso especialmente en el cuerpo y la comida. Es decir, una sociedad donde la disciplina de “comer bien” o ser “educados en la mesa” ha ido perdiendo importancia y se impone más el relajamiento de las normas<sup>1</sup>. Pero no es que se haya perdido el control sobre los cuerpos y las prácticas alimentarias sino que se ha transformado. Los nuevos dispositivos de poder sobre los cuerpos y sus prácticas alimentarias son fluidos y desestandarizados; se asumen como decisiones libres de los sujetos, en un deseo de expresión y expansión del yo. Es el paso de la sociedad moderna a la posmoderna donde se generaliza una de las tendencias de la modernidad inicialmente minoritaria.

La posmodernidad se funda en una apoteosis del consumo, que se extiende hasta la esfera privada, a los cuerpos y los alimentos. En este consumismo se dejan atrás los dispositivos disciplinarios y cobran centralidad los dispositivos de la seguridad-control, los cuales son plurales, flexibles, abiertos y más “humanos”, e incluyen el control por medio de la gestión de las subjetividades: del deseo y el anhelo, la gestión del consumo de signos sociales, la normalización, la gestión de los miedos a los riesgos, la obligación al goce y la gestión del individualismo narcisista. Todo esto lleva a una preeminencia de la indiferencia y la autonomía individual, donde domina el sentimiento de reiteración y estancamiento, se banaliza la innovación y se promueve la diversidad, la flexibilidad y las elecciones privadas dirigidas al consumo.

En la fase actual del capitalismo el aumento constante de la productividad viene aunada al aumento del consumo. A una aceleración de la producción debe haber como contraparte una aceleración del consumo. Por lo tanto se establecen estrategias tanto para hacer crecer la producción como para hacer crecer el consumo. Este aumento del consumo apunta a gestionar la subjetividad de los consumidores, a hacerlos cada vez más insatisfechos para que busquen en un

---

<sup>1</sup> Sin embargo, esto lo ven matizado por la situación y el contexto específico: los padres españoles por ejemplo, son más disciplinados en el caso de ordenarle a sus hijos a “comerse todo” y más relajados en cuanto a obligar a comer la comida “sana”.

periodo de tiempo cada vez más corto consumir más (Boudon, Besnard et al., 1990). Y se promueve mediante la manipulación de signos construidos alrededor de las mercancías, definiendo el sentido que el consumidor le da a su consumo (Baudrillard, 1974).

Las industrias alimentarias buscan a través del marketing y los medios de comunicación el aumento del consumo de sus mercancías, vinculando una serie de significados sobre el cuerpo y a la alimentación que se engranan con los signos que se construyen sobre ellos. Esta gestión de los signos del cuerpo es posible al sustentarse en la división cuerpo/hombre. De la misma forma, la gestión de los signos de la alimentación se hace posible al basarse en la distinción entre hombre/naturaleza. El cuerpo definido como un alter ego del hombre, ya no es hombre, por lo tanto puede concebirse, manipularse, como su signo. La alimentación como la naturaleza al entenderse como cosa al servicio del hombre, puede conocerse y moldearse en el trabajo, pero también como signo para el consumo.

El cuerpo se ha convertido en “el objeto más bello” de la investidura individual y social (Le Breton, 2002b) por tanto se encuentra sujeto a las resignificaciones constantes que se hacen de él para fortalecerlo, adelgazarlo, hacerlo crecer, disminuir, embellecer, etcétera. Los significados sobre el cuerpo incluyen la apariencia corporal sobre la que el sujeto muchas veces dispone de un estrecho margen de maniobra, entre ellos la obesidad, la talla o las cualidades estéticas. De la misma manera los significados del cuerpo se construyen a partir del uso que hace de él, de sus movimientos, gestos, del manejo socio espacial del cuerpo, y la relación del cuerpo con otros objetos.

Desde el marketing por ejemplo, se manipulan los significados de los alimentos asignándoles notas hedonistas positivas o negativas, que promueven en los consumidores el estar más atentos a su olor, vista, sabor, o textura, todos ellos factores y significados que puede controlar la industria agroalimentaria para producir un mayor consumo de sus mercancías. Dependiendo de la industria se



buscará que los individuos consuman más alimentos obesogénicos y que su gasto de tiempo de ocio se haga en actividades con un mínimo de gasto energético o que haya mayor consumo de alimentos “diet” o “ligeros” y un mayor gasto de energía en gimnasios, deportes extremos, etcétera. Se busca que los individuos construyan su red de significados del cuerpo alrededor de las mercancías que pueden consumir: desde el incremento en el consumo de bebidas azucaradas hasta el agua, de comidas rápidas hasta restaurantes vegetarianos o que buscan rescatar las tradiciones culinarias<sup>2</sup>, o de prácticas de ocio alrededor de los video juegos o hasta deportes extremos o el *jogging*. Las redes de significados de los individuos se tensionan a través de estos bombardeos de signos muchas veces en apariencia contradictorios, pero que tienen en común lo central: lograr un consumo creciente y una insatisfacción constante.

### **1.3.1. La Gestión de la subjetividad y las redes de significados como mecanismo de control sobre los cuerpos**

#### **1.3.1.1. Los signos del cuerpo, la alimentación y el juego social**

Los signos del cuerpo y de la alimentación fácilmente pueden orientar la mirada del otro para ser clasificado, sin que el sujeto lo quiera, bajo determinada etiqueta social. De la misma forma, el cuerpo, su apariencia y sus usos son signos que el sujeto puede emplear estratégicamente para dar información sobre sí mismo a los otros en el juego social. Pueden llegar a constituirse en una especie de capital en términos bourdesianos, cuyos recursos conviene administrar de la mejor manera, para ascender en el juego social o aunque sea no salir de él (Bourdieu, 1991; Bourdieu, 1993). De esta forma, el cuerpo y la alimentación valen como una presentación social. En ese consumo el sujeto cuida lo que quiere que los otros

---

<sup>2</sup> En esta globalización hay a la vez una cierta homogenización en la alimentación, en el consumo de una serie de productos industrializados y en el empleo de unas técnicas de conservación y preparación de los alimentos, y a la vez una nostalgia por la tradición, suscitando un interés por los patrimonios culinarios. Contreras, J., J. C. Hernández, et al. (2005). *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*, Ariel.

vean de sí mismo. Es una socialidad basada en la seducción, es decir, en la mirada de los demás (Lipovetsky, 2000). Los demás juzgan y clasifican socialmente al sujeto a partir de su cuerpo y su alimentación. Esta clasificación que hace el otro o el mismo sujeto a partir del cuerpo y la alimentación fácilmente cae en estereotipos y rápidamente en estigmas sociales<sup>3</sup>. Lo que está en juego es la posibilidad de mantenerse en una posición social o caer o ascender de ella mediante signos asignados al cuerpo y la alimentación.

El sujeto posmoderno aspira entonces a manipular su cuerpo porque sabe que de él extrae beneficios sociales. De esa forma el individuo pretende autocontrolarse, opera unas tecnologías sobre él mismo, sobre su cuerpo y prácticas corporales y alimentarias, para ajustarse a los requerimientos de la lucha social simbólica. De esta forma asume que sus decisiones sobre su cuerpo y de alimentación son libres aunque estén mediadas por el juego social, definido externamente desde el marketing. Aunque no necesariamente llega a ese control y, por el contrario, en muchas ocasiones le genera frustración, le deprime y lo aísla aún más, lo insatisface más y lo impulsa con mayor fuerza a consumir de forma creciente.

El consumismo y la publicidad renuevan todo el tiempo los signos de la apariencia corporal y las prácticas alimentarias y que los sujetos utilizan en el juego social. Sin embargo, el sujeto cree que es él en su libertad quien decide qué hacer con su cuerpo o que prácticas alimentarias realizar, cuando ya están significadas de antemano por el marketing de las industrias. O, lo que es lo mismo, ha interiorizado el discurso, el mensaje, aunque no sea capaz o no cuente con los elementos o insumos para cumplir a la exigencia social sobre su cuerpo.

Los significados del cuerpo y las prácticas alimentarias ligados al estatus y el ascenso social, son aprovechados como motor del consumo (Baudrillard, 1974).

---

<sup>3</sup> La discriminación se basa en un ejercicio de clasificación donde se vinculan los rasgos fácilmente identificables y se impone una versión reificada del cuerpo. Pero esa diferencia puede mutar hacia el estigma –un motivo sutil de evaluación negativa de la persona. La presencia del otro se subsume bajo la de su cuerpo. De esta manera, el otro es su cuerpo y su anatomía su destino. Las condiciones de existencia del hombre son los productos inalterables de su cuerpo.

La movilidad social debe ir acompañada de signos que den cuenta de su realización o pretensión. El consumo de mercancías para el cuerpo o las prácticas alimentarias aporta esos signos de ascenso social. En la lucha por el ascenso los individuos consumen signos que dan cuenta de su estatus y de su ascenso. En este sentido, las redes de significados del cuerpo y la alimentación se entrelazan con los signos de estatus y trayectorias sociales. Entre esos signos se encuentra la obesidad o la delgadez y el consumo de alimentos obesogénicos o *diet*. El volumen del cuerpo y la compra, preparación y consumo de alimentos significan el estatus o la posición social donde se ubica su portador. La efectividad de este entramado de significados se fortalece por la apariencia de naturalidad del cuerpo y los alimentos, que se transfiere a lo social. Así, el cuerpo y la alimentación no sólo definen la posición social sino que la naturalizan y la hacen obvia para el juego social.

En este mismo sentido los significados de las prácticas alimentarias se definen socialmente. Como lo detalló Bourdieu (2002), las clases sociales determinan en una gran medida el gusto alimentario de los individuos. Así, en su estudio realizado en Francia en los años setenta y ochenta, las clases dominantes consumían alimentos más ligeros y con porciones pequeñas mientras las clases dominadas lo hacían con abundantes alimentos ricos en grasa. Ese gusto les servía para identificarse los unos a los otros y realizar estrategias de diferenciación y de cambios en las trayectorias sociales. De esta forma las clases sociales dominantes consumían signos del cuerpo y la alimentación que los diferenciaban de las clases dominadas y sobre todo de los pretensiosos, aquellos que en posiciones subalternas buscan adquirir los signos de las clases privilegiadas. Los pretensiosos, buscan entonces ascender usando los signos de las clases dominantes, y, las clases populares, buscan diferenciarse de las dos anteriores asumiendo sus propios signos del cuerpo y la alimentación. Según Bourdieu el cuerpo es la objetivación más indiscutible del gusto de clase (Bourdieu, 2002).

Esta es una forma sutil de control social. Así, al construir redes de significados de ciertos alimentos con determinadas clases sociales o trayectorias sociales ascendentes o descendentes el marketing puede promover su consumo. De esta forma, la preocupación por uno mismo, los estilos de vida saludables, los cuidados del cuerpo y la alimentación de los individuos al entrar en el entramado de significaciones de lo social, al otorgarle un sentido de clase social, de distinción, diferenciación y envidia, pueden ser dirigidos por los intereses de las industrias alimentarias “saludables” y su marketing y ser funcionales al consumismo.

### **1.3.1.2. De la circulación y normalización del cuerpo y la alimentación**

La normalización remite a preguntarse cómo mantener la cuestión a controlar, dentro de límites que sean social y económicamente aceptables y alrededor de una media que se considere “óptima” para un funcionamiento social dado. Los fenómenos no se deben condenar o tolerar sino dirigir, administrar, gestionar en sistemas de utilidad, regular para el mayor bien de todos, hacer que funcionen según un óptimo. De esta manera, se apela a la pluralidad y la libertad en vez del autoritarismo y la coerción disciplinaria. No se trata de llegar a la perfección como se preveía en los mecanismos disciplinarios, sino de maximizar los elementos positivos y minimizar los aspectos riesgosos e inconvenientes, sin desconocer que jamás se suprimirán del todo. Esta lógica de control que se dirigía a las poblaciones en la posmodernidad se utiliza para regular subjetividades de individuos en búsqueda del consumo.

En la posmodernidad, a los individuos no se les puede ni quiere disciplinar sobre el volumen exacto de su cuerpo o su alimentación, se asume que no se les puede controlar permanentemente su cuerpo y consumo, ambos se dejan circular, no son controlados al detalle como en la disciplina. En la posmodernidad, la obesidad y el consumo de alimentos se consideran fenómenos naturales, no son malos ni buenos, y por tanto, no deben intervenir sino dejarse circular. El fenómeno se deja sin ninguna coerción ni impedimento sobre el movimiento, ni voluntad de fijar, sin controlar su circulación, distribución, intercambio. El eje del mecanismo de

normalización no sigue la relación soberano-súbdito, con una obediencia total y sumisa de los segundos al primero, sino que se articula sobre procesos que podrían caracterizarse como naturales o elementos de la realidad. Es un principio fundamental del liberalismo: “dejar que la gente haga y las cosas pasen, que las cosas transcurran... significa esencial y fundamentalmente hacer de tal suerte que la realidad se desarrolle y marche, siga su curso de acuerdo con las leyes, los principios y los mecanismos que le son propios” (Foucault, 2006). De esta forma, la normalización sólo puede funcionar bien con la condición de que se dé algo de libertad, de posibilidad de circulación: así entendida, la libertad no es otra cosa que el correlato de la introducción de los dispositivos de normalización.

Según el dispositivo de normalización, mediante la circulación de lo natural hay una anulación de los fenómenos por los fenómenos mismos. Así, la escasez económica se anula si se deja al mercado que se autorregule o la viruela se anula inoculando la misma enfermedad en pequeñas dosis. La cuestión es circunscribir el cuerpo y el consumo de alimentos en límites aceptables. Al dejarlo circular, sólo y poco a poco se limita y en última instancia se anula. El problema es ¿cómo deben circular o no las cosas, como lo harán la obesidad o el sobreconsumo energético, para que se auto anulen las indeseables?

Por un lado, tanto la obesidad como el consumo alimentario se producen en un medio ambiente, que es el soporte y elemento de circulación compuesto por una indeterminada cantidad de variables, que aunque dependen de accidentes, azares, conductas individuales y causas coyunturales, en realidad se encuentran regularizadas. Estas variables hacen del medio uno natural. En consecuencia, el medio es un campo de intervención donde se trata de afectar la población. Por lo tanto, para intervenir sobre la población se tendrán que crear mecanismos para hacerlo también sobre el medio. En el caso de la obesidad en adolescentes la intervención se hace en la escuela.

La normalización trabaja sobre datos, sobre estadísticas, sobre lo normal para hacer normales a los anormales, a los que se encuentran en los extremos de la

Campana de Gauss (Foucault, 2006). Lo normal pasa por establecer en una población lo que se espera de un fenómeno bajo el lente de la probabilidad, por ejemplo, la tasa de obesidad en una población en general. Pero, según el recorte poblacional, la normalidad va a ser distinta: entre grupos etarios o por ocupación o por género. La técnica buscará entonces reducir las normalidades más desfavorables, más desviadas con respecto a la curva normal general. El sistema, entonces, señala lo normal y lo anormal, de las diferentes curvas de normalidad, de los distintos grupos poblacionales y la operación de normalización consistirá en hacer interactuar esas diferentes atribuciones de normalidad y procurar que las más desfavorables, y sus individuos, se semejen a las favorables (Foucault, 2006). El Estado debe recabar información en términos poblacionales y probabilísticos sobre los que están fuera de lo normal, sobre el cuerpo y la alimentación, en volumen o consumo de alimentos anormales y sólo en los anormales debe intervenir.

Quienes no se comportan como se debe, como lo normal, tienen cuerpos anormales o tienen patrones de consumo anormales que deben ser intervenidos. Para ello es importante conocerlos a profundidad. El instrumento utilizado para gobernar ha sido la estadística. Se busca hacer crecer, multiplicar, gestionar la vida y para ello es fundamental saber más sobre la población. Al igual que con la disciplina hay entonces una relación entre el poder y el saber.

Quienes se comportan bien, como corresponde, son miembros de una población, mientras que quienes se comportan mal, pueden provocar un desarreglo del sistema, no pertenecen allí, se sitúan al margen de éste. Se debe señalarlos como tales. Los anormales son los que se comportan mal y desarreglan el sistema. En lo ubicado en los extremos de la Campana de Gauss, opuestos a lado y lado de la media, se presentan horribles peligros (Hacking, 1995). Al ser señalados como anormales, los otros, los individuos, deben ser capaces de controlar sus prácticas como el gasto energético o la ingesta de alimentos.

Como señala Chapela (2010), podemos indicar que la definición y juicio sobre los cuerpos y sus peligros constituye un mecanismo de control de los agentes desde adentro. El establecimiento de lo normal y lo anormal produce una especie de obligatoriedad voluntaria de los individuos a estar en la media. Han naturalizado o interiorizado el discurso normalizador. Cuando los mismos individuos se auto clasifican entre los anormales tienden a aplicar tecnologías sobre sí mismos para incluirse entre los normales. Así, el señalamiento de las anormalidades del cuerpo conduce a que los individuos establezcan diversas tecnologías para llegar a lo normal. De esta forma, señalar que la obesidad es una anormalidad, una enfermedad (Canguilhem, 1978), busca en cierta medida promover prácticas para normalizar los cuerpos de los individuos.

#### **1.3.1.3. Deseo y anhelo del consumo**

Estos significados de consumo alimentario y de mercancías para el cuerpo, y que son construidas por las industrias, pretenden asegurar la insatisfacción creciente del consumidor. El consumismo de hoy no pretende satisfacer necesidades, ni siquiera necesidades de identidad o de confirmación de acuerdo al grado de “adecuación”, sino una insatisfacción creciente y más acelerada.

Se ha dicho que el motor del consumo puede ser el deseo, un motivo evasivo, caprichoso, autogenerado que no requiere justificación. La idea del deseo vincula al consumo con la autoexpresión, y con la idea de gusto y discriminación, con el voluble y constante sueño de autenticidad de un yo interior que esperaba expresarse, muy en la lógica de los juegos simbólicos. A pesar de sus breves materializaciones el deseo se tiene a sí mismo como objeto constante, y por esa razón sigue siendo insaciable. La satisfacción momentánea del deseo produce una nueva insatisfacción, conduce a la búsqueda de un nuevo consumo. Así, la gestión del consumo requiere una insatisfacción creciente del consumidor.

Para Bauman (2002), el deseo limita la disposición del consumidor a comprar a una velocidad reducida. Para los gestores de las subjetividades es muy gravoso en tiempo y dinero despertar el deseo de los consumidores. Esta gestión se logra

mediante la promoción de las fantasías y el anhelo en el consumidor, lo cual posibilita las compras compulsivas, inesperadas, espontáneas, que no requieren la autoaprobación o el gasto de energía en luchas simbólicas. Hay un cambio para valorar la situación del cuerpo, de la salud a “estar en forma”. La salud más apegada a la modernidad está más ligada al productor, al mundo del trabajo, mientras que estar en forma lo es para la sociedad de consumidores, la posmodernidad. La salud como concepto normativo de la sociedad de productores limita entre lo normal y lo anormal. Condición que permite satisfacer las exigencias del rol social: ser empleable. En cambio “estar en forma” significa tener un cuerpo flexible y adaptable, preparado para vivir sensaciones aún no experimentadas. Si la salud es equilibrio “ni más ni menos”, “estar en forma” implica una tendencia hacia el “más”, no es un estándar sino su potencial de expansión preferiblemente ilimitado. “Estar en forma” es una experiencia subjetiva, difícil para la comunicación interpersonal y para la comparación. La satisfacción y el placer deben ser experimentados subjetivamente, vividos.

#### **1.3.1.4. Autorresponsabilización, riesgo y miedo a las elecciones sobre el cuerpo y las practicas alimentarias**

En la posmodernidad, los individuos en su libertad deben auto controlar su cuerpo y sus prácticas alimentarias, usar distintas tecnologías para jugar el juego social, desatar sus deseos y fantasías y, además, normalizarse para no ser excluidos. Se auto controlan, eligen su cuerpo y sus combinaciones alimentarias. Esto implica una autorresponsabilización de todas esas elecciones. El cuerpo se vuelve un instrumento de subjetivización y responsabilización. La seducción *soft* sobre el cuerpo y la alimentación se relaciona con las múltiples elecciones, las culpas y los miedos si se elige mal o el salir de lo normal o del juego social. De esta manera engordar, o estar demasiado delgado, comer tal o cual cosa, se ha convertido en un problema de los individuos.

La información sobre los alimentos y su efecto en el cuerpo y la salud se traduce en riesgos. Los alimentos y la obesidad producen riesgos para el individuo, que



pueden ser biológicos, como la diabetes o la hipertensión, y sociales, como caer en la pobreza o ser excluidos de distintas esferas sociales o estigmatizados en las escuelas o en el trabajo. Gestionar la autorresponsabilización consiste en buena medida en manipular estos miedos a enfermar, morir o ser excluido socialmente por las prácticas alimentarias o el volumen corporal. Contreras sugiere que los individuos se encuentran en una paradoja: cuanto más cura la medicina y permite alargar la duración de la vida, tanto más los individuos sienten amenazas (Contreras, 2002). La valoración sobre la alimentación y el cuerpo está cada vez más articulado al miedo hacia la enfermedad (Contreras, Hernández et al., 2005).

El cuerpo es el recinto del sujeto y en éste actualmente se repliega la responsabilización de los fenómenos sociales, la privatización de lo que antes era responsabilidad de la sociedad en su conjunto (Bauman, 2002). Las redes simbólicas con las que la sociedad le daba sentido al cuerpo cada vez, están constituidas por la necesidad de aumentar y acelerar el consumo impulsado por el miedo que trae aparejado el riesgo a enfermar, morir, ser anormal, ser viejo o joven, nacer, ser pobre, etcétera. Todo en la vida puede traer un riesgo, esto puede demostrarse estadísticamente y por tanto puede gestionarse un miedo real, aunque sea sólo una posibilidad estadística.

En el capitalismo actual el consumo se estimula mediante el establecimiento de una obligatoriedad del goce. Se obliga a las personas a gozar o para decirlo en términos negativos, hay un mandato que castiga a quienes no gozan lo suficiente y el goce se hace a través del cuerpo. Las personas están sujetas a gozar a través del cuerpo, especialmente a través del consumo de mercancías y servicios para el cuerpo. De esta forma, el cuerpo se ha convertido en un objeto de salvación, haciendo de la retórica del cuerpo, dirigida por una moral de consumo, el reemplazo de la retórica del alma. Hay un imperativo de goce que se le impone al sujeto, se le obliga a gozar, y como el goce se da a través del consumo, se sobreestima el hedonismo que acompaña las prácticas de consumo siguiendo a un juego de signos. El cuerpo como superficie por excelencia del goce es

manipulado al máximo para lograr este goce, siempre inacabado y por tanto un consumo creciente de las mercancías que podrían llevar al goce. De esta forma las dietas, que tienen un origen disciplinario, se resignifican como el precio que hay que pagar para conseguir el goce. O al contrario, como no hay una norma del cuerpo o la alimentación sino lo que importa es el goce mismo, la dieta puede ser un estorbo para ese goce. Léase como una inversión gravosa o como un impedimento la dieta gira en torno al goce narcisista del cuerpo y la alimentación. Si la estructura alimentaria moderna se constituía a partir de la lógica laboral, de la producción, la posmoderna se hace en parte a partir del individualismo narcisista y por tanto de los tiempos de ocio y goce. Los tiempos, espacios, tipos, etcétera de la compra, preparación y consumo alimentario se definen a partir de la forma en que se inserta el individuo en la lógica del consumo, en las múltiples variedades que ofrece el mercado alimentario y su disposición a satisfacer de manera creciente y siempre inagotada del goce alimentario y de su cuerpo.

Como ya hemos visto, en la posmodernidad se gestionan la normalidad, el miedo al riesgo, la envidia entre clases sociales, los deseos, anhelos y la obligación al goce, haciendo que el propio individuo se gestione a sí mismo el cuerpo y sus prácticas alimentarias. Esto es posible cuando el individualismo se vuelve más narcisista como sucede en la actualidad, como bien señala Lipovetsky (2000). Un individualismo narcisista está dotado de sensibilidad psicológica, desestabilizada y tolerante; el sujeto está centrado en la realización de sí mismo y menos en triunfar en la vida, por ello una atención dirigida a sí, un aumento de las prioridades de las esferas privadas y su concomitante reducción de las públicas; un entusiasmo por establecer relaciones sociales miniaturizadas o hiperespecializadas en desmedro de las relaciones de clase o comunitarias; una psicologización de lo social, de lo político, estimulando una subjetivización de todas las actividades que antes eran impersonales o se asumían como objetivas.

Pero este individualismo narcisista lleva a la paradoja de un mayor vacío: lo importante no es el contenido de lo dicho sino la primacía del acto de

comunicación, el emisor convertido en el principal receptor, es el placer narcisista de expresarse para nada, para sí mismo. Además, hay una privatización de los fenómenos sociales, es decir, se le encarga al individuo que resuelva con sus propios recursos problemas que en la sociedad disciplinaria le correspondían a la sociedad en general.

Con el narcisismo el Yo es lábil, flexible, en constante adaptación a la experimentación acelerada que dispone el consumismo. Como señala Lipovetsky (2000): “ el amaestramiento social ya no se realiza por imposición disciplinaria... se efectúa por auto seducción... Pero el narcisismo encuentra aquí su más alta función cuando quita el lastre a los contenidos rígidos del Yo que la demanda inflacional de verdad sobre sí realiza ineluctablemente. Cuanto más se invierte en el Yo, como objeto de atención e interpretación, mayores son la incertidumbre y la interrogación- El Yo se convierte en un espejo vacío a fuerza de “informaciones”... no hay ni imagen, nada más que una búsqueda interminable de Sí mismo... ”. El narcisismo desubstancializa el Yo, desmonta sus referencias con los otros, lo vacía de cualquier contenido definitivo. La relación con uno mismo suplanta la relación con el otro. Lo que importa es ser uno mismo, florecer independiente de los criterios del otro, de la rivalidad humana se pasa a una indiferencia frente al otro. Las relaciones con los demás se hacen atemperadas, no hay una verdadera implicación, pues la preocupación sobre uno mismo substraer toda la inversión. Sólo se busca integrarse a círculos cálidos de convivencia, de pequeños grupos. Al traste con la intersubjetividad pública o de lo público.

A fines de los 60 se presentó una crisis de legitimidad de las modalidades físicas de la relación del hombre con los otros y con el mundo. De esta manera un nuevo imaginario del cuerpo penetró la sociedad. El sentido del cuerpo se convirtió en un caballito de batalla contra el sistema de valores al que acusaba de represivo y que convenía transformar para favorecer el desarrollo individual. En consecuencia, una literatura abundante invitaba a la “liberación del cuerpo”. Así la personalización del cuerpo necesita del imperativo de la juventud, que es un combate para que

nuestra identidad conserve su narcisismo y una misión normalizadora del cuerpo. Imperativos sociales como “guardar la línea”, “la forma”, etcétera. Si hay un cuerpo liberado es el que llena las características de ser joven, hermoso, sin ningún problema físico, etcétera (Le Breton, 2002b).

Este nuevo individualismo en palabras de Contreras, Hernández et al. (2005), basado en una mayor libertad y posibilidades de realización personal es el factor más poderoso que afectaría a las discontinuidades en el consumo de alimentos: el paso desde lo formal, el respeto, lo tradicional, y los valores heredados hacia lo nuevo, lo personal, lo experimental, lo informal.

Al hacerse libre pero auto responsable de sus actos el individuo se articula a una medicina que se aleja del dirigismo hospitalario y “evoluciona” hacia un énfasis en la subjetivación de la enfermedad. El individuo no debe sufrir su estado de manera pasiva sino que hace uso de sus sistemas de defensa gracias a las potencialidades de su autonomía psíquica. De esta manera, Arnaiz, Comelles et al. (2007) señalan que para el sujeto no siempre hay sufrimiento en las técnicas de cuidado del cuerpo y la comida sino que con frecuencia son voluntarias y reflexivas, sirviendo para expresar sentimientos y comunicarse. Así, aunque hay lemas, slogans, lugares comunes que ilustran de manera contundente la presencia de sufrimiento o sacrificio en toda acción que busque transformar al cuerpo como por ejemplo *no pain, no game*, “la belleza cuesta”, etcétera, apelar a la autonomía psíquica insiste en que el individuo puede aplicarse tecnologías en su subjetividad, en cómo significa su cuerpo y la alimentación, más ligadas a alejarse del sufrimiento. De la misma forma, en las costumbres se estimula el culto a la espontaneidad, a ser “uno mismo”, a sentir, a analizarse, a liberarse de las sujeciones, de los roles y complejos. La manipulación de la subjetividad por el sufrimiento, el miedo o el goce y la seducción busca en última instancia un mayor consumo. Mediante la seducción se destruye lo social a través de hedonismo, la información y la autorresponsabilidad (Le Breton, 2002b).

El cuerpo pierde su estatuto de alteridad, de una máquina que poseemos, pero designa la identidad profunda de las personas. El cuerpo en tanto persona gana dignidad y al mismo tiempo atención y voluntad por intervenirlo y por divulgarlo. Lo anormal del cuerpo implicaría la anormalidad de la persona. En el cuerpo se entremezclan tanto su positividad material, venido del cuerpo-máquina, como su subjetivación: el cuerpo habla y debe escuchársele.

En los individuos narcisistas la diversidad de productos alimentarios los ha convertido en una marca de la propia personalidad (Contreras, 2002). De esta forma, un mayor número de personas se convierten en gourmets y presumen su propio estilo y gusto culinario. Sin embargo, también se llega a una homogenización de la alimentación en un momento donde el individualismo pretende dar a cada uno su dieta única y personalizada<sup>4</sup>. Así hay al mismo tiempo una homogenización del consumo alimentario a nivel planetario y el mantenimiento de una heterogeneidad social vertical. También vale señalar la diversidad que puede entretejer cada individuo siguiendo su trayectoria colectiva y personal.

El narcisismo hace posible la asimilación de los modelos de comportamiento producidos por los ortopedistas de la salud física y mental. Se debe estar atento a la formación permanente, al abigarramiento de información sobre la subjetividad del cuerpo y de las prácticas. Para controlar a esos anormales los gestores de la información la producen y circulan con mayor profusión, para animarlos o desestimularlos.

---

<sup>4</sup> Contreras nos muestra cómo ha aumentado la producción mundial de alimentos y al mismo tiempo han desaparecido numerosas variedades de vegetales y animales que habían constituido la base de dietas de ámbitos más o menos localizados. Esta producción basada en la industria alimentaria homogeniza los alimentos. De esta forma, contraviniendo nuestra naturaleza omnívora reducimos las posibilidades de obtener energía a partir del consumo variado de alimentos y por tanto el registro de excesos y carencias de orden nutricional. Asimismo, hay una homogenización por la similitud de consumos entre los distintos países a partir de la disminución de las variedades locales. Además, las regulaciones sanitarias y de toda índole, sobre procesos y componentes autorizados y no autorizados actúan, en el mismo sentido.

Los individuos se aplican estas tecnologías a sí mismos, haciendo del Yo un constante trabajo de liberación, observación e interpretación. La gestión posmoderna de la subjetividad sobre el cuerpo y las prácticas por los individuos sobre sí mismos, se presenta como el único medio de ser verdaderamente uno mismo, delgado y dinámico.

#### **1.3.1.5. Gestión de la información sobre el cuerpo y la alimentación**

Como señala Contreras, Hernández et al. (2005) la población recibe información de diverso orden sobre cocina, estética, dietética y salud a través de una multiplicidad de canales: familiares, de la administración pública, asociaciones de consumidores, científicos, profesionales de la salud, marketing, libros, internet, chefs, etcétera, lo que conlleva a que las elecciones alimentarias sean condicionadas por ideas confusas, contradictorias que los individuos deben resolver por su cuenta.

Siguiendo a Lipovetsky, en la sociedad posmoderna lo que pulveriza la presión disciplinaria es la seducción mediante la información (Lipovetsky 2000). Gestionar la información sobre el cuerpo y la alimentación es definir de antemano las opciones que el individuo tiene para elegir como sufragar su normalización, su miedo al riesgo, su obligación al disfrute, su envidia a los signos en el juego social, es decir, es un elemento importante para la constitución de la subjetividad y los significados sobre el mundo. A esta distribución y circulación de la información Lipovetsky (2000) llama autogestión. Es la movilización y tratamiento óptimo de todas las fuentes de información, es la informatización política de la sociedad.

La seducción no funciona con el misterio sino con la información, la iluminación de lo social, su transparencia. La seducción se da por una difusión y saturación de información, imperativa y sin sorpresas. La gestión de las subjetividades para el aumento exponencial del consumo, o sea, la seducción, parte de la sobre multiplicación de elecciones que la abundancia de mercancías por consumir hace posible y que los individuos realizan en un supuesto mundo transparente y abierto

dado por la avalancha de información y que permite realizar una inmensidad de combinaciones de elecciones hechas a la medida de cada individuo, y que así aparenta su libre elección y circulación.

La información normaliza, quita el miedo al riesgo, lleva al disfrute, empantana la envidia, pero tras un nuevo dato o la siempre presente promesa de uno nuevo, hace que los individuos estén siempre atentos para normalizar, asumir el riesgo, gozar o envidiar, y así, gestionarse a sí mismos. Esta explosión de la subjetividad promueve a unos sujetos que reflexionando sobre sí mismos se ajusten a lo definido desde afuera. De esta manera, la abundancia de información sobre la obesidad y la ingesta de alimentos energéticos seducen a los sujetos para que ellos intervengan sobre su cuerpo, lo que consumen y su subjetividad. De esta forma, los programas que se basan en la difusión de información masiva sobre los problemas de salud producto de la obesidad, entran en competencia con otro tanto de información sobre el cuerpo y otras prácticas alimentarias. La información sobre el cuerpo y la alimentación es enorme. Sin embargo, en general la información posmoderna no promueve la estabilidad sino la experimentación constante sobre el cuerpo y los alimentos. No es el cuerpo máquina sino que la información estimula amarlo, cuidarlo de los riesgos, exhibirlo y con la comida experimentar, disfrutar, gozar. Los significados que circulan en la información sobre la alimentación y el cuerpo en la posmodernidad son muy variables, ajustados a los requerimientos del aumento del consumo.

#### **1.3.1.6. Indiferencia e insensatez a lo social, como motor de consumo**

Lipovetsky (2000) sugiere que el aumento de la información y la responsabilización se acompaña paradójicamente de mayor descompromiso, indiferencia y apatía. La indiferencia de la posmodernidad no designa pasividad o resignación sino el incremento de la actividad de consumo. La indiferencia producto de la atomización de los individuos y pérdida de importancia de lo público se erigen a favor de la liberación personal y la obsesión por el cuerpo, la

hiperinversión en lo privado y la desmovilización de lo público. Así, la apatía hace posible la realización de todas las elecciones que ofrece el consumo. La indiferencia hace que el sujeto no se aferre a nada, sin certezas absolutas tampoco nada le sorprende, y sus opiniones y el sentido que le da a las personas, cosas y situaciones son susceptibles a modificaciones rápidas. Las toneladas de información hacen posible esta flexibilidad en crecimiento del sentido. Bajo la autogestión, el narcisismo y la indiferencia sucumbe la intersubjetividad, el encuentro con el otro. En un desierto de autonomía y neutralidad lo social y lo público desaparecen.

La diversidad de alimentos disponibles en la actualidad permite satisfacer demandas individuales, hasta cierto punto únicas, de acuerdo con gustos y necesidades propios –que siempre tienen un componente determinado socialmente-, y a la vez disminuyen el grado de comensalidad familiar (Contreras, Hernández et al., 2005). Estamos frente a una atemporalidad, desocialización, deslocalización de las comidas. En España, por ejemplo, se observa un aumento de comidas de carácter social, que podrían prometer una perpetuación de la función de comensalidad y de creación y recreación de la identidad colectiva. Sin embargo, esta supuesta sociabilidad a través de la alimentación puede enmarcarse más en una necesidad narcisista, de ser observado, alabado, por la gastronomía o la fiesta, que de socializar en realidad. Es decir, a través de estos espacios donde cabría la socialización se busca un reforzamiento del narcisismo y una distancia con el otro, o aunque sea se vive una tensión entre esos dos mundos (Contreras, Hernández et al., 2005).

En la posmodernidad se vive en el presente, sin preocupación por las tradiciones o la posteridad. Es un olvido del sentido histórico (Lipovetsky, 2000). Frente a un futuro amenazador los sujetos se refugian en el presente al que no cesan de cuidar y reciclar en una juventud infinita. Por otro lado, en un momento de crisis y retirada de la solidaridad social y al asumir una cierta automatización de ella, el individuo queda invitado a descubrir su cuerpo como una forma disponible para su



acción o para su descubrimiento. Es un espacio para la seducción cuyos límites conviene explorar. Así, el cuerpo es el lugar defensor del individuo, su socio. La pérdida de la carne del mundo obliga al actor a apegarse a su cuerpo para darle carne a la existencia. El cuerpo deja de ser una máquina inerte para convertirse en un alter ego del que emanan sensaciones y seducción. El sujeto encuentra en sí mismo al compañero complaciente y cómplice que no tiene a su lado. El cuerpo en tanto encarna al hombre es la frontera del individuo con los otros. Es la huella que se encuentra a primera mano para proveer la trama de significaciones y valores sobre los vínculos sociales específicos en los que el individuo se inserta. En una época de crisis identitaria el individuo se esfuerza por producir una identidad mediante su cuerpo. En cuanto se separa de los otros y del mundo el individuo le presta una redoblada atención al cuerpo. Pero al mismo tiempo supone que el cuerpo tiene el privilegio de la reconciliación posible. Para Le Bretón (2002b) hay una búsqueda del secreto perdido del cuerpo, del lugar de la exclusión al de la inclusión, el sitio de la conexión con los otros.

Ante esta indiferencia por el otro, hay una imposibilidad de reflexionar, especialmente sobre él. Tanto en la disciplina como en la posmodernidad narcisista, el otro se reduce al rol, la posibilidad de pensar sobre él casi que se elimina, o se limita a obedecer el mandato del rol. El otro aparece cuando no cumple con el rol, para ser castigado, redireccionado, enderezado, volverlo al redil. Esta incapacidad de pensar sobre el otro más allá del rol lo llamaríamos insensatez. Como se vio más arriba en la posmodernidad la inversión en el cuerpo hace que el otro no salga a la luz, por tanto, la búsqueda de sí mismo en el cuerpo puede llevar a la insensatez.

Como se aprecia en el capítulo, el cuerpo no es solamente una colección anatomofisiológica de órganos y funciones coordinadas o la alimentación de sus componentes, sino que ambas están en el cruce de todas las instancias de la cultura, son puntos del campo simbólico. Además, consideramos que la

construcción sociocultural del cuerpo está entrecruzada por las relaciones de poder en una sociedad determinada.

De esta forma, revisamos cómo en la modernidad y en la posmodernidad se aplica una serie de dispositivos y mecanismos de poder para controlar el cuerpo y hacerlo acoplar a los requerimientos de las características del capitalismo en cada momento histórico. Hoy en día, las formas de control sobre el cuerpo y la alimentación recogen todos estos dispositivos y mecanismos de poder, en formas diversas y con prioridades distintas. Los jóvenes mexicanos se ven entrecruzados por todos estos tipos de dispositivos de poder que desde afuera y coercitivamente determinan sus cuerpos y sus prácticas alimentarias.

Así, se vio cómo las disciplinas sobre el cuerpo y las regulaciones de la población constituyen los dos polos sobre los que se desarrolló la organización del poder sobre la vida, especialmente en la modernidad. Los jóvenes ven sujetos sus cuerpos individuales para un ajuste y economía de sus energías, como si fueran vigilancias al detalle, control de los tiempos, arreglos espaciales, exámenes médicos y psicológicos; y tácticas reguladoras de poblaciones para su adiestramiento, identificación y distribución de sus fuerzas, por medio de medidas masivas, estimaciones estadísticas e intervenciones a grupos sociales enteros. Con ese adiestramiento sobre sus cuerpos y sus fuerzas se pretende hacerlos útiles y dóciles a la producción capitalista.

Pero también se vio en la posmodernidad que los cuerpos se controlan más por su papel en el consumismo creciente que exige el capitalismo actual que por su papel como fuerza de trabajo. De esta forma el control sobre el cuerpo y la alimentación versa especialmente en la subjetividad y sus significados como motor para el aumento creciente del consumo. El volumen del cuerpo o la alimentación no se condena o tolera sino que se gestiona en sistemas de utilidad, apelando a su pluralidad a la libertad en vez del autoritarismo y la coerción disciplinaria. En la posmodernidad se gestionan la normalidad, el miedo al riesgo, la envidia entre clases sociales, los deseos, anhelos y la obligación al goce, haciendo que el

propio individuo se gestione a sí mismo el cuerpo y sus prácticas alimentarias. Es una psicologización de lo social, de lo político, que hay en el cuerpo o en la alimentación, estimulando una subjetivación de todas las actividades que antes eran impersonales o se asumían como objetivas.

Esta psicologización implica la aplicación de tecnologías sobre sí mismos, haciendo del Yo un constante trabajo de liberación, observación e interpretación. La gestión posmoderna de la subjetividad sobre el cuerpo y las prácticas por los jóvenes sobre sí mismos, se presenta como el único medio de ser verdaderamente uno mismo, delgado y dinámico.

Los dispositivos modernos y posmodernos de control sobre el cuerpo y la alimentación están dominando a los jóvenes mexicanos, no son excluyentes unos de otros, sino que actúan al mismo tiempo, muchas veces potencializándose, otras contradiciéndose, pero siempre articulados para reproducir los distintos intereses del capital. Revelar esos dispositivos de control disciplinarios y de gestión de la subjetividad de los jóvenes sobre sus cuerpos y la alimentación, permitirá comprender mejor las intervenciones más contextualizadas al callejón sin salida del problema de la obesidad.

## **CAPITULO II. LOS SIGNIFICADOS SOBRE EL CUERPO Y LAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS: NORMAS SOCIALES Y CONSUMISMO**

Las sociedades modernas inventaron la ideología del individuo libre, autónomo y semejante a los demás, el liberalismo, con el fin de asegurar desde el discurso la hegemonía del capitalismo, con su instauración de una economía libre fundada en el empresario independiente y el mercado. Con el ascenso del individualismo, se debilitaron los lazos entre los sujetos, se dio preponderancia al aspecto más voluntario de los contactos, y al aumento de la importancia de la vida privada en detrimento de la pública. De esta forma, se propició una ruptura entre hombre y cuerpo, constituyendo un vínculo social entre cuerpo e individuo, y otro entre hombre y el cosmos. Estas son las fuentes de la representación moderna del cuerpo (Le Breton, 2002b). En síntesis, el cuerpo moderno implica tres rupturas: del sujeto con los otros -estructura social individualista-, consigo mismo -poseer un cuerpo más que ser su cuerpo- y con el cosmos -las materias primas que componen el cuerpo no encuentran correspondencia en otra parte (Le Breton, 2002a).

En este capítulo se busca mostrar la expresión de estas rupturas entre el cuerpo, los otros, el mundo y la mente, que construyen al individuo en las redes de significados de los adolescentes.

### **2.1. Significados de la obesidad y la alimentación como normas racionales y mecánicas**

La modernidad se construye a partir de la racionalidad instrumental como la única forma legítima de aprehender el mundo. Así el hombre moderno es sobre todo pensamiento, es un ser racional. El hombre moderno usa la razón, y con ella la ciencia moderna para actuar y transformar el mundo. El cuerpo nuevamente queda subvalorado, es el soporte del pensamiento, y se encuentra más cercano a lo irracional, a los animales, a la naturaleza.

En las entrevistas se evidenció que los adolescentes creaban una red de significados alrededor del cuerpo/mente para darle sentido a los sujetos clasificados como obesos. Por un lado, se entreveía que entre los adolescentes era frecuente guardar una relación entre ser obeso y tener una mente inferior. Por un lado, la obesidad se relacionaba con la falta de racionalidad de los sujetos. La inferioridad se relacionaba con la obesidad por esta supuesta irracionalidad de los sujetos obesos. El volumen del cuerpo pareciera ser el reflejo de la irracionalidad de la mente. El sujeto obeso se define por su cuerpo, y por tanto, es más corporal, menos mental, menos racional, menos moderno. Se vio, asimismo, que todo ello podía afirmarse o contradecirse pero eran significaciones que estaban presentes en la cotidianidad de los adolescentes. Los adolescentes aceptaban esta condición, mientras en otras rebatían esta relación. En el siguiente fragmento un adolescente discute sobre la relación entre la inteligencia y el volumen del cuerpo, donde según él no la encuentra, aunque, afirma, hay muchos que sí lo hacen.

A:... Yo digo no por estar flaco voy a ser inteligente o por estar gordo voy a ser burro, no, no, no. Claro, o sea, puede haber un gordo inteligente, puede haber un flaco inteligente, así como puede haber un flaco burro, puede haber un gordo burro, o sea, que eso no depende. Y pues que dicen a veces que si... 2774-2813]

La inferioridad mental de los sujetos obesos soportada en su irracionalidad se ligaba, a su vez, a una falta de autocontrol. A la obesidad se le relaciona con la pereza, con la gula y con la incapacidad de los sujetos para definir los límites de sus deseos o de su cuerpo. En el siguiente fragmento el adolescente señala esta relación aunque prontamente la pone entre paréntesis, indicando que son otros los que lo hacen.

E: ¿Por qué crees que una persona tenga sobrepeso y obesidad?

A: Por comer mucho, o por no hacer ejercicio, por nada más estar sentado y no caminar. Bueno, es lo que me han explicado a mí

cuando he ido o algo así, nada más... 3275-3280]

Guardando esta misma relación con la irracionalidad y la falta de autocontrol, la obesidad se vinculaba con los significados que se les asignan a los niños y niñas: su comportamiento irracional, desmedido, donde no comprenden y acatan las normas. Esta relación entre significados de la obesidad infantiliza a los sujetos.

E: ¿Dónde crees que se concentra más el índice de personas con obesidad, en los niños, en los adolescentes o en los adultos?

A: En los niños

E: ¿Por qué crees que es en los niños?

A: Porque, bueno comen de todo, o sea, no tienen una alimentación balanceada, desde ahí empieza. 237-245]

La obesidad, la irracionalidad, lo infantil, se relaciona también con lo femenino. En estas redes de significados lo femenino, sus saberes y prácticas, son lo opuesto a lo masculino, son no racionales, inmaduros, requieren control. La norma es mucho más severa con el cuerpo de las mujeres, se les controla más, las consecuencias por romperla y los castigos por quebrarla son más virulentos. De esta forma, los adolescentes consideran que a las mujeres les es más difícil establecer vínculos afectivos con los hombres por su obesidad, si se les compara con los mismos hombres.

E: ¿A quién crees que se les facilite más tener una pareja, a un hombre con obesidad o a una mujer con obesidad?

A: A lo mejor a un hombre

E: ¿Por qué crees?

A: Bueno yo he visto con mis compañeras, amigas, que les gustan más los hombres así, bueno gorditos... porque las mujeres los pueden elegir

E: ¿Pero un hombre tú crees que elija una persona con sobrepeso?

A: pues yo digo que es muy difícil 521-539]

Esta división cuerpo/mente también se une a redes de significados sobre la igualdad y desigualdad. En las entrevistas se alcanza a entrever una relación entre la desigualdad que atañe a todos los hombres y mujeres y que se ubica sólo en el cuerpo, mientras todos somos iguales en el interior, todos razonamos.

E: ¿Qué diferencias hay entre una persona delgada y una persona con obesidad?

A: Este... pues físicamente, físicamente pues las tallas, no? Y yo digo que interiormente no, es una persona igual que otra.

## **2.2. Cuerpo máquina y cuerpo naturaleza**

Entre los adolescentes entrevistados, en muchas ocasiones el cuerpo se entendía como una máquina. Había una analogía entre las máquinas y el cuerpo. En primer lugar, lo importante del cuerpo es que fuera útil. Así como la máquina que es valorada porque hace cosas, igual sucedía con el cuerpo. En segundo lugar, se podía ver cómo los entrevistados consideraban que el cuerpo está compuesto por partes unidas racionalmente para poner a funcionar el todo. En tercer lugar, los jóvenes indicaban que si el cuerpo o alguna de sus partes se dañaba, se podía reemplazar alguna de esas partes estropeadas comprándose una nueva.

E: Cómo crees que la gente considera el cuerpo?

A: Como lo más importante que se pueda tener pues porque muchas personas de su cuerpo es de lo que viven, de lo que trabajan, de no sé, o sea yo creo que para muchas personas es más importante el cuerpo que los sentimientos, y pues siento que sí es más importante eso para muchas personas 6179-6188]

El cuerpo-máquina de los adolescentes obesos lo significan a partir de una diferenciación clara, una distinción entre ellos y los cuerpos, son suyos, pero no son ellos. A los cuerpos se les trata como una posesión, son sus cuerpos, son de ellos, pero no son ellos mismos. El cuerpo es una parte más de lo que ellos son.

E: ¿Y te sientes a gusto con ese cuerpo?

A: No mucho, todavía no llevo a sentirme realmente como

¡ay! éste es mi cuerpo. O sea, todavía siento que me falta, me falta estar más contenta con mi cuerpo. O será porque todavía tengo cosas que no me gustan o sea me falta algo. 8537-8544]

El problema resultaba cuando ese cuerpo era obeso, pues la máquina no funciona igual y no puede ser igual de útil. En el siguiente fragmento el adolescente sugiere que la obesidad al igual que el fumar implica que el cuerpo-máquina deja de funcionar a su ritmo, se vuelve lenta, pesada, cansado, se afecta todo.

E: ¿Qué significa para ti tener obesidad?

A: Algo pesado teóricamente, a veces... bueno... tiendo a fumar entonces lo hace más pesado

E: Más pesado ¿cómo?

A: Más cansado diría yo, entre lo que es el peso, lo que es el fumar, si el fumar te causa cansancio y lo mismo de estar así, el estado físico te afecta más te afecta todo. 5480-5494]

El cuerpo se valora a través de medidas, de la talla, del peso. Los adolescentes obesos buscan cambiar de su cuerpo las partes que le sobran, en tanto números, en tanto medidas. El valor del cuerpo es un número y éste puede cambiarse, reducirse, eliminarse.

E: ¿Qué cambiarías de tu cuerpo?

A: Llegar a mi peso 905-905]

Pero si fuera posible, los cambiarían por otro mejor. Los cuerpos o sus partes, son cosas que se pueden cambiar como se hace con las cosas.

E: ¿Qué significa para ti tener sobrepeso?

A: Para mí significa, bueno, yo digo a veces yo tuve la culpa, pero bueno, o sea, como que se me alza mi ánimo. Pero ya me acostumbro a las personas como son, ya se acostumbraron a mí como soy, como verme, y, pues que más. Pues te acostumbras a tener ese cuerpo 2539-2547]



El carácter natural del cuerpo es la norma. Con la modernidad, la industria, las tecnologías médicas, se hace del cuerpo algo no natural y esto genera una tensión en las redes de significados. El cuerpo que se transforma con fármacos o cirugías, etcétera, deja su cercanía con la naturaleza, pero al mismo tiempo podía mejorar su utilidad y aumentar su valor moderno. En los adolescentes se encuentran valoraciones sobre el cuerpo que estaban entre lo natural y lo artificial y de allí a un cuerpo verdadero o uno falso. En algunos momentos había una curiosidad por reconocer esa verdad o falsedad de los cuerpos. Las modificaciones hechas al cuerpo con productos industriales son mal valorados, generan sospecha sobre la persona y por lo tanto se intentan esconder. Esto reforzaba la supremacía de lo interno, el alma, los sentimientos, que son siempre verdaderos, pero también de la razón, la inteligencia en la matriz moderna.

A: ... yo nunca me he basado en el cuerpo de una mujer, de que... ay! que tiene una cinturita, que tiene buena pompis, tiene bustos grandes, tiene hermosa cara, es perfecta, nada de celulitis, nada de barros, nada de arrugas, nada, no, no me guío a eso. Yo digo que sí, si podemos describir un cuerpo así, si los hay. Pero a veces digo, a veces puede ser por buen ejercicio, a veces no sabemos qué hizo para tener ese cuerpo. Porque ya hay tantos métodos científicos, que una inyección, que, o sea, la tecnología y la ciencia. Pero yo describiría un cuerpo así perfecto, no me guío casi mucho en eso. Si lo hay le digo, si los hay, pero pues sí sería un cuerpo, tener, como le diré, buena salud, yo nada más lo describiría así, buena salud. 3088-3120]

Sin embargo, las modificaciones hechas al cuerpo sin estos productos, pero que igual son culturalmente definidas en la modernidad, como el ejercicio o la dieta, son valoradas como naturales, y por tanto, buenas. Construir el cuerpo mediante estos mecanismos se vincula con lo natural, porque pareciera que tienen una estrecha relación con lo interno, con el alma o la razón. Es el trabajo de cada individuo sobre sí mismo por medio de la razón, sometiendo sus emociones, su

conducta, la que hace natural el ejercicio del cuerpo. La rectificación de la conducta, la norma interna, la purificación del alma, la racionalidad, a través del ejercicio es lo que lo hace natural.

Pero yendo más allá, para los adolescentes el residuo de lo natural se concentra en lo genético. Allí la mano del hombre no interviene. Esta naturalidad de lo genético, construida desde la modernidad, desde el discurso biomédico, se entreteteje con las redes del mundo simbólico espiritual o religioso reforzándose la una a la otra. El discurso médico señala que la transmisión genética se hace sin la presencia de la voluntad del hombre o la mujer. El espiritual o religioso por su parte indica que el cuerpo corresponde a la naturaleza, donde se traza una distinción con lo humano. Esta coincidencia hace que la obesidad producto de la “herencia”, pueda ser clasificada como natural y por tanto “buena”, en el sentido que es externa a la voluntad, y artificial, que es mala por la intervención del hombre.

Por otra parte, la forma del cuerpo al ser relacionada con la genética, con la herencia, tiene la potencia de ser como lo fueran los ancestros. En la genética hay una potencia del presente y el adolescente debe lidiar con eso que podría ser pero no se es. La potencia del cuerpo dada por la genética puede convertirse en un problema para significar su experiencia del cuerpo. En el siguiente fragmento se muestra cómo un adolescente identifica la potencia del cuerpo que tiene a causa de la genética, pero se vuelve problemática, pues si su cuerpo actual no corresponde con esa imagen potencial, debe responsabilizarse de la desviación.

E: ¿Crees que uno es responsable del cuerpo que tiene?

A: Pues a la vez si y a la vez no, porque siento que uno nace, y, por ejemplo, puedes sacar, no sé, la complexión de tu mamá o de tu abuelita, y no puedes hacer nada. Por ejemplo, mi hermana salió como mi abuelita, mi abuelita era como, uff... flaquísima y mi mamá era como, o sea, nadaba, y todo eso y pues tenía un cuerpo bien. Entonces, yo que tengo la complexión de mi mamá, o sea, pero mi

mamá como hacia tanto ejercicio pues por eso se mantenía así. Entonces, yo siento que si yo hiciera como que... si me mantengo así como estoy ahorita, pues, en cuanto baje más, voy a seguir bajando y entonces voy a alcanzar eso de mi mama. O sea, pero siento que depende de eso, o sea, como de la herencia, de la genética. Pero también puede ser de ti porque puede que mi hermana haya heredado eso, pero si se pone a comer un buen, un buen, pues obviamente que sí va a engordar... 8343-8369]

### **2.3. Alimentación como objeto de la razón y la comida como irracionalidad**

Cuando los adolescentes hablaban sobre sus prácticas alimentarias identificamos el uso del significante alimentación como esencialmente moderno, al enlazarse con redes de significados tejidos alrededor de la racionalidad y el autocontrol. En tanto, el significante comida se vincula más con lo corpóreo, la irracionalidad, las sensaciones, las emociones. La alimentación al vincularse con la razón, se hace más cercana a la mente, mientras la /comida/ lo hace con las sensaciones y de allí con el cuerpo. La dicotomía en las redes de significados de los significantes alimentación/comida es la expresión de la dualidad mente/cuerpo. La alimentación es racionalización. La alimentación se puede medir, cuantificar, pesar, comparar. Una buena alimentación es aprender a medirla. La alimentación y los alimentos son objetos, que sólo se valoran por las cantidades de nutrientes que contienen. De esa forma, los adolescentes pueden señalar que un alimento es mejor o peor en relación con esas cantidades. Además, al convertirlos en números los alimentos pueden intercambiarse entre sí, sin otra consideración, o principalmente a partir de tener en cuenta esas cantidades. Para los adolescentes en las dietas se reemplazan cantidades de nutrientes. Cuando los adolescentes utilizan estas redes de significados los alimentos se clasifican a partir de las cantidades de nutrientes que tienen los alimentos, de la estructura cuantitativa de sus componentes, por ejemplo, las pirámides alimentarias.

Aprender a alimentarse se enuncia como un ejercicio mental, de contar, comparar, clasificar, elegir racionalmente y finalmente ingerir conjuntos de alimentos y números de nutrientes. La alimentación no es corpórea. Con la alimentación se piensa, se usa la mente, mientras el cuerpo y las sensaciones desaparecen.

E: ¿Por qué fuiste con él?

A: Para que me pusiera como un plan de alimentación, para ir controlando las raciones, o sea, no tanto como de quitar comida, más bien para modificar las raciones y ya de ahí mi mamá se basó para comer, ya así normal. 7925-7941]

E: ¿Qué haces para controlar la ingesta de alimentos que dañan tu salud?

A: Bueno, cuando se me antoja un dulce me como una fruta o así, lo trato de sustituir 270-274]

E: ¿Qué es una buena alimentación?

A: Comer sanamente, o sea de todo un poco, guiándose por le pirámide alimenticia 5433-5444]

En las cuantificaciones y en las clasificaciones de los alimentos hay un menosprecio por las otras valoraciones otorgadas por los adolescentes a la comida, diferentes a la racionalización. Los alimentos se pueden transformar y manipular de manera objetiva, usando las cantidades y clasificaciones nutriológicas, la alimentación es una técnica, una tecnología, una máquina. Esta cuantificación y clasificación de los alimentos se sobrepone a las cualidades, valoraciones, percepciones y con ella las clasificaciones que los adolescentes le confieren a la comida, en cada situación y contexto. Pero es a través de ellas que los adolescentes le dan sentido a sus prácticas alimentarias. La alimentación no tiene subjetividad, no valora, es una clasificación objetiva y universal que cualquiera puede verificar en cualquier momento, lugar o circunstancia. La alimentación no tiene historia. En el siguiente fragmento un adolescente tiene que someter sus sensaciones, las emociones, las necesidades que parten del cuerpo,

las ganas, los antojos, los gustos por una buena alimentación, por reemplazar un alimento con distintas cantidades de nutrientes por otro:

A: ... por decir, si ve [el adolescente] algo, que están vendiendo un paste y le gusta, va a ser por gusto. Bueno, me voy a comer ese paste porque no he comido o porque se me antojó. Pero a veces así, la persona puede decir hójole, pues si estará rico ese paste pero mejor me como un pedazo de fruta, o mi mamá me puso una manzana, mejor me como la manzana, y me aguanto las ganas, si lo puedes hacer.  
3014-3031]

Aprender a alimentarse es aprender a clasificar, medir, contar, racionar los alimentos. Es aprender a relacionarse con los alimentos de una única forma, de la forma como lo ha hecho la biomedicina. Un ámbito que estaba por fuera de la racionalización como la comida, con la obesidad entra en el discurso médico y tiende a medicalizarse.

En los discursos de los adolescentes la alimentación construye su sentido en la relación que establece con el discurso de la biomedicina, patologizador, racionalista, individualista, objetivista, biologicista, fragmentador. Las redes de significados que realizaban los adolescentes con la mala alimentación se enlazaban con la obesidad y con la enfermedad. Las tres casi que son intercambiables.

E: ¿Cómo crees que la gente considera a la obesidad?

A: Pues como le digo, una enfermedad, o mala alimentación 1980-1985]

La mala alimentación, que se entreteje con irracionalidad, con dejarse llevar por las sensaciones, se relaciona con estados patológicos de la mente. Así, los adolescentes ligan la mala alimentación con, por ejemplo, el estrés, con no tener autocontrol, con baja autoestima, etcétera. En muchas ocasiones se vincula la

obesidad con problemas psicológicos. Así, si el sujeto no se ciñe a la norma social de la alimentación, medida, controlada, racional, es porque también debe salirse de la norma social de la mente. En las entrevistas es relativamente frecuente encontrar que se construyen relaciones entre la mala alimentación y los problemas mentales.

E: Pero si has escuchado que México es de los primeros lugares en obesidad ¿por qué crees que se dé eso?

A: Por mala alimentación, también por el estrés 1657-1660]

El discurso biomédico además es individualizador. Son los individuos, en su existencia como tales, quienes se alimentan, quienes se enferman de diabetes o hipertensión, quienes sufren de estrés, quienes tienen baja la autoestima. Allí no cabe la subjetividad del adolescente, que generalmente está equivocado. Lo que le gusta, antoja, apetece al adolescente, lo que no es racional, es precisamente lo que definen como una mala alimentación.

Así mismo, la alimentación y con ella las dietas, las porciones, etcétera, se asocian con la efectividad. En general, no se duda de las tecnologías médicas, de su eficacia. Si se siguen las recomendaciones de una buena alimentación a pie juntillas los adolescentes consideran que pueden obtener los resultados deseados.

E: ¿Has hecho alguna dieta?

A: Mmm... tiene poco que, una amiga de mi mamá, que es doctora, mi mamá es afanadora de una clínica aquí en Pachuca, tiene una amiga que ponía los llamados balines para bajar de peso, yo los hice, si bajé prácticamente, aproximadamente como unos diez kilos bajé...

En los discursos de los adolescentes el significante comida se contrapone a la alimentación. La alimentación cobra sentido en una lógica racional, mental, mientras que la comida lo hace en lo irracional, lo corpóreo. Mientras que el alimento es cada una de las sustancias que un ser vivo toma o recibe para su

nutrición o conjunto de cosas que el hombre y los animales comen o beben para subsistir. En ambas nociones hay un halo de racionalismo “conjunto” o “sustancias” y de utilidad “para subsistir”. En cambio la comida puede referir a una acción, a un alimento que se come a ciertas horas, a una reunión de personas.

Volviendo a los discursos de los adolescentes: la comida se relaciona con la satisfacción del cuerpo, las sensaciones, la subjetividad, los vínculos sociales, mientras que la alimentación remite al discurso médico. La comida que no tiene implícita la norma racional médica, está más ligada a lo colectivo, al “nosotros”. A la racionalidad individual de la alimentación se contraponen las sensaciones, emociones, subjetividades, de los colectivos. En el siguiente fragmento ese “nosotros”, que aglutina a los adolescentes, no se mide, comen “un buen”.

A: ... aprender a comer, o sea que tenemos que comer de todo pero poquito, porque nosotros como que comemos de todo pero un buen 8373-8379]

A diferencia de la mala alimentación, que remite a sustancias, nutrientes, clasificaciones, cuantificaciones, de alimentos, que generan patologías biológicas y mentales, la mala comida se vincula con problemas de la acción, más colectivos, más familiares, etcétera.

Las dicotomías cuerpo/mente, sentidos/razón y colectivo/individuo crea dos mundos simbólicos diferenciados, la comida por un lado y la alimentación por otro. Los significantes comida y alimentación remiten a dos mundos simbólicos distintos según el uso que hacen de ellos los adolescentes entrevistados. El significante comida pareciera entretenerse con otros significantes más cercanos a las lógicas y universos sociales cotidianos de los adolescentes, mientras la alimentación se encuentra en una relación más estrecha con la lógica y el campo social y simbólico médico, racional. El segundo con un rigor más cercano a la modernidad, mientras el primero puede transitar con mayor soltura entre los distintos mundos simbólicos no modernos, modernos y posmodernos.

Se observa, en una muestra no moderna de la significación /de la comida/, como ésta se liga al vínculo familiar. Es la tradición familiar la que define la elección, la preparación, la compra, el consumo de la comida. Esta elección se liga a una historia familiar y a una vida cotidiana ligada a la convivencia con la madre, la abuela o las tías. Existe una relación muy estrecha entre comida y el vínculo familiar. A través de la comida se pueden fortalecer los vínculos afectivos y al mismo tiempo los vínculos afectivos se entrelazan con la compra, la preparación y el consumo de comida. Pareciera que ciertas comidas se relacionan con lo afectivo.

E: ¿Cuando vas a comer tú eliges lo que te gusta?

A: Si, en realidad todo lo que cocina mi mamá o mi abuela me gusta 679-682

En las entrevistas se encontró una relación fuerte entre el nacionalismo y la comida. El ser mexicano se construye a partir de la comida, de esta manera la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2010) definió en el 2010 que la comida mexicana era Patrimonio Inmaterial de la Humanidad precisamente por la calidad y variedad de comidas que están ligadas a la tradición familiar. Los argumentos de la candidatura a la distinción fueron presentados bajo el título “La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva”. La Unesco indica que “La cocina tradicional mexicana es un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales. Esto ha llegado a ser posible gracias a la participación de la colectividad en toda la cadena alimentaria tradicional: desde la siembra y recogida de las cosechas hasta la preparación culinaria y degustación de los manjares”. De esta forma la entidad sugiere que la cocina tradicional mexicana es un elemento fundamental de la identidad cultural de las comunidades que la practican y transmiten de generación en generación.



E: ¿Por qué crees que México está entre los primeros lugares en obesidad?

A: Yo digo que por sus ricas comidas, yo opino eso porque, en que las enchiladas, las quesadillas, no las ve en cualquier parte... 2632-2640]

En las entrevistas también se encontró cómo la red de significados que se tejen alrededor de la comida está más vinculada a lo emocional, la afectividad, pero también a los sentidos, al gusto, al hambre, al antojo. Así, pues, se encontró cómo el significante comida obtiene su sentido al entretenerse con los vínculos familiares, con las emociones y con las sensaciones. A partir de esto podríamos señalar que la comida adquiere sentido al establecer una red con significados no modernos, donde prima la colectividad, lo comunitario, y al mismo tiempo la no racionalidad, y lo corpóreo. La comida, como lógica no moderna, vehiculiza las relaciones entre el cuerpo con los otros, el cuerpo con el individuo, el cuerpo con el mundo, es decir, puede unir lo que el pensamiento occidental moderno fragmentó: cuerpo/individuo, cuerpo/mente y cuerpo/mundo. Las redes de significaciones de la comida desbordan lo no moderno, y los adolescentes hacen uso también de redes modernas y posmodernas, complejizándolo. De esta forma, se encontró por ejemplo cómo la comida se ata a productos fabricados por la industria alimentaria, como pizzas o refrescos.

A: ... yo antes estaba flaquísimo, yo era delgado, todo mi cuerpo era delgado. Tuve un accidente automovilístico, estuve en cama tres meses, tres, cuatro meses aproximadamente, tuve un accidente, me rompí la clavícula, y que hacía nada más estaba acostado, no me podía parar, para nada, no hacia movimiento para nada. Pues me consentían, me llevaban que los taquitos, que la pizza, que el refresco, pero sin hacer nada de ejercicio durante tres meses. Fue como subí mucho de peso. 2434-2451

Las redes de significados de la comida incluyen lógicas no modernas, modernas y posmodernas, que remiten a mundos simbólicos distintos. Sin embargo, como se

pudo observar en las entrevistas, los adolescentes transitan de un mundo a otro con cierta soltura, haciendo combinaciones interesantes, priorizando unas sobre otras, poniendo en el centro unos en desmedro de otros, para después sólo intercambiar los lugares.

En esta priorización de lógicas, en algunos casos el vínculo familiar es lo central y se busca fortalecer mediante la compra y consumo de productos, es decir, lo no moderno utiliza lo moderno y posmoderno para reproducir su lógica. Mientras, que en otros, es la industria la que utiliza los vínculos familiares y lo corpóreo para estimular el consumo. En el primer caso se podría hablar de algún tipo de resistencia a los cambios culturales que propone la posmodernidad. En otras palabras, es la lógica no moderna la que gobierna y prima en la red de significados sobre la lógica de la consumatividad. En el segundo caso, la lógica no moderna, de lo comunitario, lo colectivo, pero también de lo corpóreo, de las sensaciones y las emociones, se gestiona desde las industrias, el marketing, la publicidad, refuncionalizándose para aumentar el consumo de productos industriales. Se trata de una red que se teje alrededor de la comida donde prima la gestión de las subjetividades, lo que de acuerdo con Lipovetsky (2000) se denomina posmodernidad alimentaria. Esto lo profundizaremos en los siguientes apartados.

En buena medida pudimos encontrar que esta relación entre lo no moderno y lo posmoderno alrededor de la comida se entrelaza por la forma temporal que adquieren ambas lógicas en las que lo corpóreo, las sensaciones y las emociones marcan una temporalidad de corto plazo. Como nos recuerda Contreras (2002) antes de la modernidad o en contextos rurales las posibilidades de que existiese escasez de comida era alta pues por ejemplo, cambios del clima o de plagas podrían hacer fracasar un cultivo que iba a proveer de comida a la familia. Por lo tanto, eran frecuentes momentos de hambruna y otros de abundancia. Bajo condiciones de escasez si había comida se comía hasta la saciedad, hasta donde el cuerpo lo permitiera, pues no se sabía cuándo se podría volver a consumir comida. El día a día marcaba su consumo. Además, era la lógica de la comunidad

la que establecía los tiempos de las comidas para cada uno de sus miembros. Según su posición social las posibilidades de consumo eran diferentes, así los hombres o los mayores tenían acceso diferencial a la comida con respecto a las mujeres o los niños, dependiendo de los usos y costumbres comunitarios.

En la posmodernidad sucede de manera similar pero bajo una lógica distinta. Aquí es la abundancia y no la escasez la que estimula a consumir en la inmediatez y hasta la saciedad y más allá. En ambos casos el gusto, el antojo se atan a lo inmediato, a no posponer en el tiempo, a satisfacer sin dilaciones. Además, no es lo comunitario lo que define el acceso a la comida sino la capacidad de compra individual. Entre mayores posibilidades de consumir, más se consume, si se quiere consumir un refresco azucarado se compra el tamaño familiar aunque sea consumido por un solo individuo.

Siguiendo la red de significados de la alimentación/comida, se encuentra algo similar con los significantes obesidad y gordura. Gordura se relaciona con todos los significantes de la cotidianidad en tanto que la obesidad lo hace con todos aquellos de la medicina, es una enfermedad, circunscribe la patología, un constructo médico, que se tiene, se posee, como el cuerpo, pero que es monopolio médico.

La obesidad remite inmediatamente al daño, a la enfermedad.

E: ¿Qué es la obesidad?

A: Es cuando una persona está, tiene sobrepeso o algo así, y cuando no se, este... cuando uno come cosas que le hacen daño y así. 150-157]

E: ¿Cómo definirías a la obesidad?

A: Una enfermedad muy este...muy dañina para la salud. 5405-5407]

E: ¿Qué es la obesidad?

A: Pues es una enfermedad que afecta, que puede afectar a cualquier persona, que es el sobrepeso que te puede llevar a tener

infartos, la muerte prematura, embolias, me parece derrames, la diabetes, y creo que es lo que más. 5937-5945]

Otra significación que le dan a la obesidad es que es una enfermedad porque produce otras enfermedades. No es pues una patología en sí misma, no es una desviación de lo normal biológico, como lo señalaría Canguilhem sino que es una falta a la norma de otro tipo, que produce después esas desviaciones. Es un rompimiento con la norma de más amplio espectro que lo biológico, es una desviación a la norma social que produce después la patología.

E: ¿Has escuchado hablar sobre la obesidad?

A: Bueno que es, este, una enfermedad porque causa otras enfermedades 218-222]

#### **2.4. Obesidad en la distinción cuerpo/naturaleza y cuerpo propio/cuerpo de los otros**

En la modernidad el proceso de individuación remite a romper los vínculos con los otros y esta diferenciación se hace a través del cuerpo. El cuerpo es el límite entre el individuo, los otros y el mundo. El grosor del cuerpo fija los límites del individuo. En este sentido el cuerpo brinda la identidad individual, el reconocimiento de sí mismo. El cuerpo es una parte de sí que le permite andar por el mundo y en ese andar, se reconoce a sí mismo, porque otros lo reconocen a él o ella como individuo en ese cuerpo.

E: ¿Qué es para ti tu cuerpo?

A: ¿Qué es para mí, mi cuerpo?, pues creo que es la parte de mi vida, lo mejor que tengo verdad, que de eso me identifico por unas piernas puedo caminar, por unos brazos puedo hacer lo que hago y pues por todo lo demás es como por decir, pues mi cuerpo es lo que me hace, como le diré, que me reconozca... 2814-2822]

Entre el límite del cuerpo es más liso más marcada es la diferenciación entre el individuo y los otros. Lo que sale del cuerpo como las protuberancias atentan contra esta diferenciación. La obesidad puede leerse desde este punto de vista:

las protuberancias del cuerpo del obeso invaden el espacio de diferenciación con el otro, con el mundo, con la naturaleza. La obesidad es un atentado contra la individuación y esto es volver a la comunalidad, a ser un animal, desdiferenciarse de la naturaleza. En el cuerpo individualizado el otro no cabe, por ello la obesidad se convierte en un problema para la modernidad. La obesidad invade los espacios de los otros. Los espacios están hechos para individuos, con cuerpos de individuos, mientras el cuerpo del obeso acapara el de dos, sobra, excede el espacio que la sociedad moderna le ha asignado.

A: ...tú te ves en el espejo y te impacta el verte, tú dices hígole hace cinco años yo estaba flaquísimo y mira ahora mi cuerpo que tengo, no sé, tú dices de bastantes animales que... puerco ballena, te emocionas, sientes ese impacto, que te vuelves como que adicto a ya no comer... 2870-2894]

A: ...yo una vez vi a una señora y ya no quería comer: no, si me voy a poner así mejor ya no como. No, porque si no..., trae pantalones que están, o sea, bien grandotes, mi hermana y yo luego decimos, no manches aquí cabemos las dos. Pero es que si, o sea, yo a la vez, este, si me siento como mal, porque, no sé, o sea, para ir como que a lugares o así como que imagínate. En el cine como que es demasiado o para, o sea, por lo mismo de la salud, también. O sea, así digo, cuántos problemas no tendrá y es que siento como que ya estando así ya muy grande como que ya es muy difícil bajar de peso. 8221-8237]

Entre los adolescentes la obesidad se entiende como una patología individual, aunque también la conciben como un problema poblacional y de ciertos grupos poblacionales especialmente.

E: ¿Qué has escuchado hablar de la obesidad?

A: Bueno pues es un problema que ya se hizo como muy grande aquí en México, no, es la causa de infartos y todo eso y también hay en menores 6367-6373]

La obesidad es la gordura sumada a la patología, es la gordura sumada a la pereza, la gula, el ocio, la inutilidad. Como todo lo inútil en la modernidad el obeso es un gordo peligroso.

E: ¿Qué has escuchado sobre la obesidad?

A: Pues que es cuando estamos gordos y pues que trae problemas con la presión, con el corazón, con muchas cosas. 7994-7997]

E: ¿Tú sabes que es la obesidad?

A: Si, los que... cómo se puede decir, los que tienen muy este... están como gordos, este... no, como se puede decir, que no hacen ejercicio que no, no lo hacen, si creo que lo entiendo más o menos. 9063-9081]

E: ¿Qué crees que signifique la obesidad para tus compañeros?

A: Mmm... pues yo digo que... es estar gordo, mmm... no sé, yo digo que es, que estar gordo y que uno no haga ejercicio de... a las, o sea, así de salir a jugar o algo y nada más así comer, dormir y no hacer nada, nada más eso hacer 9146-9154]

Aunque algunos adolescentes significan a la obesidad como una enfermedad, otros toman distancia, señalando que esta relación es producto de los intereses de los medios masivos de comunicación. Aseguran que la enfermedad “puede llegar” si se está “muy” gorda. Trazan una diferencia entre una enfermedad y la gordura, aunque reconocen una relación.

E: ¿Crees que la obesidad es una enfermedad o sólo una condición, una característica?

A: Nada más yo digo que es una condición

E: ¿No es una enfermedad?

A: No, bueno en las teles dicen que sí es una enfermedad, pero yo he ido al doctor y he preguntado, porque nunca me quedo con la duda, y me dicen que no es una

enfermedad, que la enfermedad llega cuando ya estás  
demasiada gorda 3529-3539]

Se afirma que quienes tienen toda la legitimidad para definir lo que es y no es una enfermedad, sigue recayendo en la institución médica. Cuando se apoyan en la red de significados de la obesidad su experiencia de enfermarse no les es válida para sí mismos, para comprender su cuerpo. Quien dictamina la enfermedad es externo al adolescente.

E: ¿Te han dicho que tienes sobrepeso u obesidad?

A: Sí

E: ¿Qué te han dicho?

A: Que sí, que tengo sobrepeso o bueno obesidad y este  
nada mas lo que siempre me dicen

E: ¿Quién te ha dicho?

A: Me llevan, este... a veces vamos a... como se dice, a...  
ese donde vamos al doctor, este... 9063-9081]

Sin embargo, cuando se salen de la relación entre obesidad y enfermedad, y se paran en las redes no patologizantes de la gordura, la experiencia con el cuerpo individual y familiar es usada para darle sentido a su experiencia corporal, anudada a sus vínculos sociales, y a su cotidianidad. La obesidad se lee en relación a su historia vital y familiar. La obesidad se lee en su relación con las prácticas cotidianas, como el uso de la ropa.

E: Ajá, y ellos qué piensan de lo que es la obesidad?

A: Yo creo que es algo normal, bueno porque yo en mi familia  
los he visto así desde que nací

E: ¿Y qué has escuchado acerca de la obesidad?

A: Que es mala, tan sólo yo lo veo en la ropa que quiero  
ponerme no me queda. 4850-4864]

La delgadez se relaciona con la salud y ésta con alegría, con verse bien, con ser más seguras, más conformes consigo mismas, con no tener enfermedades, con

cuidarse, con perfección. Por su parte, la obesidad se relaciona con enfermedad, y de allí con rechazo, discriminación, con pereza, con descuido de sí, con peso de más, con desconfianza en sí mismas, con lo incorrecto, imperfección.

E: ¿Tú qué piensas de la gente delgada?

A: Eee... que pienso pues que se cuida, y que pues nada más

E: ¿Crees que la gente delgada es sana?

A: Sí más sana que una persona obesa sí. 7043-7048]

E: ¿Qué diferencias crees que existan entre una persona delgada y una persona con obesidad?

A: Yo siento que principalmente bueno dos puntos: uno sería la salud, que una persona, pues con obesidad, tiene más problemas de salud. Por decir de espalda, de rodillas, bueno todas las articulaciones. Luego se dan casos en el corazón o cositas así. Y una persona sana pues no manifiesta esas cosas, porque, pues, por decir, las que tenemos, los que tienen obesidad, sus articulaciones son por cargar peso de más, y las delgadas no lo manifiestan porque no. Y, emocionalmente, pues yo siento que las delgadas se sienten más seguras, más este, más conformes con sí mismos, más de una manera diferente a las que tienen obesidad, porque se han de sentir, aunque no sea así, pero rechazadas o que no se tienen confianza, de por decir, acercase a un niño porque las va a rechazar por el tipo de cuerpo o cosas así. 7478-7504]

E: ¿Qué opinas de la gente delgada?

A: Que se ven bien, que no tienen enfermedades 858-860]

E: ¿Qué piensas de la gente delgada?

A: Que son perfectos

E: Y ¿qué piensas de la gente con obesidad?

A: Que tendríamos que ser como ellos 5015-5018]

Los sujetos de cuerpos delgados tienen más oportunidades laborales en ciertos sectores económicos, especialmente los que deben hacer uso de su cuerpo. Mientras que en sectores donde la fuerza de trabajo se basa más en lo intelectual



que en lo manual, que estén dentro de oficinas, un sujeto obeso puede ser atractivo.

E: ¿Tú crees que exista discriminación para la gente con obesidad?

A: Eee... discriminación como tal no, porque siento que siempre van a ser aceptadas en una escuela, en un trabajo. Lo que sí siento como que una persona con obesidad tiene un poquito más de trabas, ya que por decir los policías, no, pues, puedes ser policía pero si tienes que corretear a un ladrón pues ya debes bajarle a la panza porque si no...

E: Y en otros trabajos ¿crees que eso decida un patrón para elegir a alguien?

A: Yo siento que por decir en la imagen podría ser porque generalmente por decir una recepcionista, una secretaria o algo así buscan una imagen agradable al visitante, para el negocio en sí, luego buscan así las mejorcitas 7506-7526]

Pareciera que los adolescentes consideran que con el tiempo los sujetos naturalmente van perdiendo la movilidad y por tanto la obesidad se hace más natural. Mientras en los niños la movilidad es alta y la obesidad se convierte en un problema, en la adultez la obesidad se ajusta a la reducción de la movilidad.

E: ¿Qué tipo de rechazo?

A: Más que nada pues haciéndola a un lado

E: ¿Cuál crees que sea la diferencia entre una persona delgada y una persona con obesidad?

A: Tal ves que la delgada tiene más oportunidades de conseguir trabajos

E: ¿Crees que cuando se va a solicitar trabajo o a hacer alguna tarea la gente prefiera las delgadas que a la gente con obesidad?

A: Depende que trabajo sea

E: ¿En qué trabajos crees que se discrimina a la gente con

obesidad?

A: Tal vez en algo de centros comerciales o algo así

E: ¿Y en dónde sí se le acepta?

A: Tal vez en oficina ya el trabajo más intelectual [1766-1785]

La obesidad y la alimentación al ligarse con la irracionalidad, con patologías, con la inmadurez de sujetos infantiles o femeninos, se disciplinan externamente, con coerción. De esta forma, en las entrevistas los adolescentes indicaban que la obesidad debía intervenir, remitiendo a un imperativo, se enuncia de forma indicativa, sobre lo que se “debe” o “tiene” que hacer el adolescente.

E: ¿Algo que quisieras decir de la obesidad en los adolescentes?

A: Bueno, que los que tengan obesidad se tienen que cuidar [552-555]

La alimentación y la obesidad se imponen desde afuera de los sujetos de manera más o menos explícita y coercitiva. Una buena alimentación es comer sanamente desde el punto de vista médico, y ésta se define desde fuera de los adolescentes, desde una técnica, desde el conocimiento médico, por ejemplo, desde una pirámide alimenticia o poniéndole números, raciones, porciones, contando a los alimentos. Una buena alimentación remite inmediatamente a la norma nutricional, a la clasificación de los alimentos, a pesos, gramos, espaciamiento de los tiempos de ingesta, etcétera, ordenados, regulados, por el médico, la nutrióloga, o cualquier profesionista del cuerpo, pero el caso es que no es el propio adolescente o los colectivos en los que participa quienes hacen la valoración sobre sus propias prácticas alimentarias.

Los significados de un cuerpo valorado positivamente desde una matriz moderna también surgen externos al propio sujeto. Es el médico o la nutrióloga o cualquier otro profesionista de la salud que tenga el monopolio sobre el cuerpo quien puede dictaminar el valor del cuerpo: está normal o tiene alguna patología. Tampoco es

el adolescente o los colectivos en los que participa quienes definen la valoración de su cuerpo, si está obeso, con sobrepeso o está normal.

La obesidad al entretorse con la no razón, las emociones, las sensaciones, la no individualidad, es estar fuera del orden social como un todo. Esto se podía entrever cuando ellos la comparaban con la drogadicción o el alcoholismo, que son valorados más claramente fuera del orden social legítimo y aceptado. La obesidad está menos mal valorada pero es comparable. La obesidad, la drogadicción, el alcoholismo, o fumar se encuentran fuera de la norma social y, por lo tanto, son comparables, y lo más importante, igualmente repudiables.

A: ...es que a veces, por decir, no sabemos si ese flaco es drogadicto, que es peor que la obesidad. Ser drogadicto o no sabemos muchas cosas...

E: ¿Crees que haya diferencia entre las personas delgadas y las personas con obesidad?

A: Mmm... a veces si, a veces por decir, el cuerpo, más que nada el cuerpo, y saber cómo es la persona, si es sana, si es un flaco sano y no fuma, no toma, no es nada, bueno no tiene ningún defecto prácticamente en eso. Pues, no es perfecto, pero le echa ganas para no estar mal y tener buena salud. Pero si sabemos que es drogadicto y fuma, toma, vamos a saber que somos iguales, si yo estoy gordo por comer, el va estar enfermo por las drogas, que fuma que toma, por todo eso... 2774-2813]

La obesidad, los sujetos obesos y sus prácticas son valoradas como incorrectas. Lo incorrecto de la obesidad se traslada a todo lo que haga, piense o las situaciones en las que se ven inmersos los sujetos obesos. Mientras que la delgadez, los sujetos delgados y sus prácticas alimentarias son valoradas como correctas.

E: ¿Qué piensas de las personas que tienen obesidad?

A: Pues que deberían de cuidarse, o de alguna otra

enfermedad más grave.

E: ¿Y qué piensas de la gente que es delgada?

A: Pues que a lo mejor tienen una alimentación correcta 277-283]

La obesidad también se relacionaba con la suciedad del cuerpo. Como señala Douglas (1991), la limpieza o la suciedad tiene que ver con estar en el lugar correcto o no, con el orden, con el orden construido socialmente. Unas botas encima de una mesa, pueden estar nuevas pero no se ponen allí y no tiene nada que ver con la asepsia o la antisepsia. En las significaciones de los adolescentes se tejen redes alrededor del orden, la obesidad y la suciedad. La obesidad puede entonces leerse como suciedad, las cosas no están en su lugar, el cuerpo pierde el orden, las partes del cuerpo no ocupan su lugar pues están desbordadas. Por eso, los obesos generalmente quieren cambiar su cuerpo, es decir, darle otro orden.

E: ¿Crees que las emociones, los sentimientos influyan en el aspecto de la obesidad?

A: Yo digo que si

E: ¿Cómo?

A: Mmm... por decir en las emociones, la emoción a veces., hay personas que, a mi no me ha pasado, que les emociona comer en exceso, pues están felices y comen mucho, mucho y de todo, a mí no, yo no he pasado por eso, porque más, sentimientos, por los sentimientos, yo digo que ha habido casos, yo conocí a un amigo que igual era flaco, llegó como le diré, su primer amor se le puede decir, se casó, se junó con su novia y todo, ya vivían juntos y todo y el caso que la chava lo engañó, ¿qué pasó? que por sus sentimientos él se metió en una depresión de comer mucho, comer mucho, mucho, no salía de casa, no hacía nada, no se bañaba no nada, ya era un obeso exagerado y por una depresión por sus sentimientos hacia esa persona y pues por una parte está mal, porque echar a perder tu vida por personas que no te saben

valorar, o que te, que acaban con tus sentimientos, está mal...  
2840-2869]

Por otro lado, la eficacia de la normatización se da cuando el sujeto valora como buena la norma impuesta y asume que sus elecciones son libres. Los adolescentes no sólo aceptan y justifican esa obligatoriedad sino que asumen la coerción como una forma legítima de gestionar su cuerpo y hasta la piden. En este fragmento se muestra cómo el adolescente además de usar toda la racionalidad médica para hablar de la alimentación asume que es libre para elegir lo que come y que esa libertad consiste en reemplazar objetos “una cosa por otra”.

E: Actualmente tú decides qué es lo que comes que es lo que no comes, puedes diferenciarlo, elegir lo que tú quieras?

A: Sí

E: O ¿ya es lo que tu mamá te da?

A: No, es lo que yo quiera porque mi mamá o sea con el nutriólogo y ella ya me explicaron y ya yo veo si por ejemplo, como por ejemplo, un sándwich en la mañana pues ya en la tarde no como tortillas o ya no ceno como una quesadilla o eso, y ya ceno como más ligero. Es más como que me han concientizado de cómo que... cómo... hay cómo se dice... cómo sustituir o así cambiar una cosa por otra o así. 7973-7989]

Utilizan la supuesta libertad que tienen para consumir mal, por lo tanto, por su bien deben quitársela o cederla a alguien más. Es un mal uso de la libertad que se soluciona suprimiéndola.

E: ¿Qué te gustaría que hicieran con los de tu escuela para ayudar a no tener sobrepeso a los que lo tienen y ayudarles a bajar ese sobrepeso?

A: Actividades para que hagamos ejercicio

E: ¿Entonces serían como programas o talleres?

A: Si, bueno que se les aplique a todos porque aquí los que hay es sólo para los que se apuntan 460-472]

Pero como vemos, al mismo tiempo la alimentación se relaciona con displacer. La alimentación se relaciona con dieta con que “no llena”, se “mal pasa”. Lo efectivo para “bajar de peso” se relaciona con sensaciones no deseadas, son las antípodas del placer, no hay antojos, el cuerpo se vuelve desganzado, hay dolores, se está sin ánimos. Es el sacrificio que debe pagar por lograr la efectividad de la medicina, de llegar a la norma.

E: ¿Por qué? ¿Cómo se siente?

A: Es como, como le diré, no se le antoja nada, o sea nada más agua o así algo leve, pero prácticamente se siente mal, se siente desganzado, le duele la cabeza, o sea muchas cosas así, se siente sin ánimos de hacer nada, y ya cuando se los quita, es como que ya no tienes esa sensación de los balines en las... se los ponen en diferentes partes del cuerpo, en los oídos, bueno en las orejas, en el cuello, en la espalda

A: ... estuve un mes en el hospital y tres meses en mi casa

E: ¿Pero la comida era diferente?

A: Muy, muy diferente, claro, la del hospital se mal pasaba por decirlo así, no se llenaba, nada y ya en mi casa fue como un consentimiento por decir, yo pedía esto, que hacían esto lo daban, me decían esto, me lo daban.

E: ¿Has hecho alguna dieta?

A: Eee... no me agradan mucho

E: ¿Por qué?

A: Este... se me hacen muy drásticas

E: ¿Has hecho alguna?

A: Una vez con un amigo y este... no pero no me acostumbré es muy pesado a veces para el organismo

E: ¿Cuánto tiempo duraste con la dieta?

A: Como tres semanas

E: Y ¿te funcionó?

A: Algo pero si es muy... te desequilibra mucho el no comer así, es que la mayor parte era no comer todo el día y pues por eso

5357-5373]

La comida no se asocia con dilaciones en el tiempo, y si lo hace es por resguardar un orden social familiar. Al contrario de la alimentación la cual requiere de postergar y controlar las sensaciones, de “aguantar las ganas”. Es la diferencia entre el comensal y el paciente, quién come con gusto y quién come por norma médica.

E: Y ¿qué pedías?

A: Supongamos que se me antojaban unos tacos dorados y los hacían, que una milanesa, que papas, que una pizza mándenla a traer, o hamburguesas, una coca, bueno sin decir marcas, refresco y todo eso, pero era cuando se me antojaba. Y prácticamente no hacía nada de ejercicio, nada, nada, nada, solamente me paraba al baño y eso me tenían que ayudar y a bañarme, nada más me paraba para eso 2452-2474

A: Pero también siento que es muy difícil, o sea tener una dieta como tal o quitarte alimentos así de un día para otro sí es muy difícil de hacer por eso muchos como que lo empezamos y lo quitamos, lo suspendemos o cositas así 7340-7355]

Al ligarse con la biomedicina, la alimentación trae aparejada todos los miedos y resistencias que produce. El desencanto de la medicina se transfiere a la alimentación y sus dietas. Una dieta mal llevada puede acarrear importantes peligros y riesgos.

A: ...Te pones como que una meta y ya dices ya no voy a comer, ya no voy a comer, pero por una parte te estás haciendo daño tú. Tú haces como que dietas que no valen la pena, que te van a hacer daño o te pones uno de que no voy a comer todo el día, pero van a traer consecuencias, te vas a sentir mal, te vas a poner, como le diré, vas a... no voy a tener buena salud, siempre vas a estar mal. 2870-2894

Asimismo, en una entrevista el miedo que establecía la adolescente con la medicina y los médicos remitía al parecer a que ellos la enfermaban. Era cuando iba donde el médico que se encontraba la patología, mientras que al no ir, la patología no existía. Así, la enfermedad y la mala alimentación que le encontraron en su caso las relacionaba con sus miedos a la institución médica.

A: ... casi no me gusta visitar a los doctores ni a nada, les tengo pavor. Tenía yo como diez años que no visitaba a un doctor, hasta apenas el año pasado que empecé a estar mala del estómago y de ahí no salgo, resulta una cosa, después resulta otra, y ahorita resultó la vesícula.

E: Y ¿tú sabes por qué se tiene ese problema de la vesícula?

A: Me dijeron que por mala alimentación, por comer chatarra, por exceso de leche me dijeron, y por herencia... 1549-1562]

Por otra parte, si no se sigue la norma nutricional de la alimentación [por ejemplo no hacer la dieta] se rompe con la obligatoriedad de la institución médica. No cumplir con la buena alimentación trae aparejadas consecuencias sociales importantes para los sujetos. Los adolescentes entrevistados en algún momento sintieron los micro castigos y humillaciones que les hacían en el colegio, en el consultorio médico, o en la casa. Pero sobre todo les hacían sentir que la obesidad era algo malo. Eran malos por el cuerpo.

...siento que porque como una persona es delgada piensan que o sea el gordito o sea, como le diré es malo o algo así 4473-4480]

Las normas sobre el cuerpo, sus límites lisos, la ausencia de protuberancias, de volúmenes que invaden el mundo y a los otros, son fuertemente controlados. Los castigos por romper con las normas del cuerpo remesan a los adolescentes, y los invitan a normarse prontamente o afrontar sus consecuencias. Las partes del cuerpo que se constituyen como protuberancias en la obesidad son duramente sancionadas. Lo que sobresale debe entrar a los límites nuevamente.

A: Eee... luego no tanto diferenciación si no que por decir a



veces estamos así jugando y ponen, ay, si como tal y Adriana, o cosas así. Entonces, sí como que luego esos comentarios como que sí, si ofenden o llegas a sentir feo. O de algunas partes de tu cuerpo que tienes más volumen que de otras y pues si hace juegos con eso y pues si como si se siente feo aunque sean bromas 7595-7605]

Una constante en los micro castigos ante el rompimiento de las normas corporales en los adolescentes es el uso de bromas, burlas, etcétera. El mecanismo de control sobre el cuerpo se disfraza de risa, carcajada, símbolos de la amistad. La broma reiterada señala el cuerpo, lo sujeta, obliga a su autocontrol. Estos mecanismos aparecen vestidos de no racionalidad, de cotidianidad. De esta forma son más efectivos en el control del cuerpo. Además, el control del grupo disciplina también al cuerpo. La vigilancia de los pares traza los límites, las reglas de juego para entrar o salir del grupo, y el volumen del cuerpo implica ciertos retos que los individuos deben enfrentar para mantenerse en él. Hacer parte, participar del grupo requiere aceptar y jugar las reglas del juego sobre el cuerpo. De esta forma, la disciplina sobre el cuerpo que nace en la racionalidad de los hospitales, las fábricas o los cuarteles, se incorpora en los estudiantes quienes se controlan entre si las medidas del cuerpo mediante mecanismos no racionales. Las reglas sociales del grupo de adolescentes se construyen también a partir de las reglas sobre el cuerpo.

E: ¿Cuándo la tratan así [amiga con obesidad] tú que sientes?

A: Bueno pues yo pienso que está mal lo que están haciendo con ella, porque no es forma de tratarla

E: ¿Y por qué crees que ella permite todo eso?

A: Pues, porque ella se lleva con ellos, y no les dice nada por eso 437-443]

De todas formas, la humillación se produce más en el medio escolar que en la familia. Pareciera que el disciplinamiento propio de las escuelas se incorpora en los estudiantes y éstos lo reproducen en todos los espacios escolarizados.

E: ¿El trato que te da tu familia es diferente porque tienes sobrepeso?

A: No, es igual el trato que me dan a mí que a mis hermanos o primos

E: Y aquí en el salón, ¿el trato es diferente porque eres obeso?

A: No, luego me hacen burla pero ya me acostumbré a eso...785-792]

Las humillaciones como mecanismos de control sobre el cuerpo son constantes. No sólo sobre la obesidad, sino de todo lo que salga de la norma corporal, aceptada por el grupo. En esta generalización del control del cuerpo se asume que no es un tema personal, sino que se diluye como si fuera una simple regla de convivencia del grupo. Pero esas reglas controlan fuerte el cuerpo de los que están fuera del orden.

E: Por esta característica de la obesidad ¿has pasado por alguna situación de discriminación, de rechazo, de burla?

A: Mmm... de discriminación y de rechazo no, de burla sí todos nos burlamos, que porque eres gordo, eres gordo, que porque eres flaco, porque eres flaco, que por eres alto, eres alto, que porque eres chaparro, eres chaparro, por todo nos burlamos, yo digo que por todo nos burlamos y si a veces la burla nada más

E: ¿Y cómo te hacen sentir?

A: A veces mal, pero se puede decir que en la guasa, en el vacile, en el cotorreo, ya lo agarras y dices bueno estamos vacilando, estamos cotorreando, pero al principio si te sientes mal, te sientes incomodo pero no pasa de ahí 2716-2735]

La humillación, la burla, el señalamiento del defecto, los asumen, en general, que se presentan más entre los niños y niñas. Allí la humillación está más naturalizada en la primaria, “así se comportan los niños”, son las formas como se naturaliza el *bullying*.

E: ¿De manera general cómo consideras que los adolescentes toman a la obesidad?

A: Como forma de burla o de un defecto

E: ¿Y dónde crees que se lastimen las personas más, en la primaria, secundaria o en la universidad, o ya cuando son adultos?

A: Yo digo que en la primaria 541-550]

E: ¿Crees que el trato que se le da a una persona con obesidad es diferente cuando está en la primaria, en la secundaria o en la preparatoria?

A: Yo digo que en la primaria es cuando son más discriminadas. Es por decir, los niños a veces somos burlones, todos somos burlones. Yo siempre lo he dicho somos burlones, ves a un niño gordito en la escuela y dices ¡ay! mira, pues ya le pones el apodo, ya le dices esto. Pero no sabes cómo se siente esa persona, no sabes cómo le estás haciendo daño, por eso yo digo que son más en la primaria. 3139-3155]

Las humillaciones, también se ejercen en la consulta médica. Entre los adolescentes se encontraron algunos casos en donde los profesionistas de la salud, médicos, enfermeras o nutriólogas, emplearon la humillación como mecanismo de control sobre el cuerpo.

A: ... una vez, hasta me hicieron llorar porque me dijeron así bien, cosas bien feas.

E: ¿Quién te hizo llorar?

A: Un doctor

E: ¿Qué te dijo?

A: A pues es que si le digo me lo imagino otra vez.

E: ¿Y te va a hacer llorar?

A: Sí

\*\*se interrumpe la entrevista, llanto del adolescente\*\*

E: ¿Les has dicho que te hacen sentir mal?

A: No

E: A tu mamá ¿le dices?

A: Sí

E: ¿Y qué te dice?

A: Que los deje 8723-8747]

En general, en las entrevistas se encuentra una autorresponsabilización sobre la situación de los sujetos obesos. Asumen que la obesidad, entendida como enfermedad, es responsabilidad de ellos, porque ellos mismos se la provocan, porque no se cuidan a sí mismos. La relación entre obesidad o sobrepeso y la obligatoriedad de la autogestión del cuerpo es inmediata.

E: ¿Y para ti que significa tener sobrepeso?

A: Mm... Que tengo que cuidarme 378-380]

Esta ligazón entre los significados de la obesidad y la autorresponsabilidad parte de considerar que la gente elige libre y racionalmente lo que consume, la comida o los movimientos que hace con el cuerpo. La obesidad como entidad racional, se evita con más racionalidad sobre la comida y los movimientos corporales, con más medidas, cuantificando, racionando. La gente es responsable de ser racional, de comportarse racionalmente, de seguir la racionalidad biomédica que está en el discurso nutricional.

E: Sabes ¿cómo podemos evitar la obesidad?

A: Si, utilizando, yo pienso que haciendo hábitos, buenos hábitos de alimentación, comer a tus horas, comer lo adecuado y nada más lo necesario, este... haciendo ejercicio, alguna actividad que donde implique moverte, ejercitarte un poco 7424-7431]

No son responsables sólo cuando relacionan la obesidad o la personalidad con lo genético. Y cuando es genético queda en manos del control médico. Lo social, la determinación social de la obesidad o de sus prácticas de alimentación, o de la institución médica, no se encuentran en sus redes de significados.

E: ...la obesidad es una enfermedad, ¿o sólo es una

condición física de una persona?

A: Yo digo que a veces una condición y a veces una enfermedad. Si tú te la provocas, es una enfermedad. Si es una condición es que, ya tu cuerpo va a hacer así, tu personalidad va a ser así, por genética se podría decir, por genética ya va a ser así...2965-2974]

E: ¿Consideras tú que la gente que tiene obesidad es responsable de la obesidad que tiene?

A: A veces, porque hay personas que no se cuidan y hay personas que digamos es genética, no. Como no sé, yo empecé a subir ya hace varios años de peso, porque mi papá está enfermo de la tiroides. Entonces, a mí se me pasó eso, a mí ya me lo controlaron, yo ya no tengo. O sea, digamos se me estaba empezando a desarrollar, ya no tengo nada. Entonces, pues a veces es genética a veces si es por falta de cuidado personal, y pues no sé, igual digo está en uno que puedas hacer algo por ti. 6032-6047]

E: ¿Cómo crees que ella considere su cuerpo?, ¿quisiera cambiarlo?, ¿envidia a otros cuerpos?

A: Yo digo que sí, porque ella ha tratado de llevar, porque la hemos visto, este, dietas, pero no. Aun así no me he dado cuenta, que en el cambio así que ya estamos de salida, este, le entra mucho el apetito. A lo mejor y ya porque antes llevábamos una relación bien, ahorita con esto de que subió un poquito de peso en vacaciones... Y sus comentarios a veces duelen y ofenden a las personas. Yo la he visto así en plan de que no hace nada por su cuerpo y le ha producido ese daño, le ha abierto el apetito 957-972].

Para los adolescentes el Estado estaría “haciendo algo” por combatir la obesidad, y su cabeza visible sería tanto el presidente como el congreso. Muchos de ellos repetían la propaganda oficial de sus estrategias.

E: ¿Quién está haciendo esta campaña?

A: El presidente de la República, la Cámara de Senadores

E: ¿Todos ellos crees que incrementan programas para evitar la obesidad?

A: Sí

E: ¿Aquí en la preparatoria han hecho algo?

A: No

E: ¿Qué te gustaría que hicieran con ustedes?

A: Hacer ejercicio, no vendieran tantas chatarras 712-732]

Pero, bajo la autorresponsabilidad le quitan la suya al Estado, a las industrias agro alimentarias y al marketing. La obesidad y las prácticas alimentarias pierden su componente político y se reducen a una cuestión de consumo individual, de gustos libremente escogidos, de irracionalidad o directamente de estupidez. Problemas que tienen orígenes sistémicos y que podían hacerse cargo los Estados y las fuerzas políticas, se cargan a la responsabilidad y pericia individual.

E: De manera precisa, ¿Qué crees que funcionaria para ustedes?

A: Para nosotros, bueno yo como estudiante, yo diría que para nosotros para no estar obesos, que metan una buena alimentación. Pero a veces fíjese, que nosotros mismos tenemos la culpa, supongamos que sí hicieran lo de la buena alimentación, y si nosotros se nos antoja una papas, y si empezáramos a romper eso, es como si lo echamos a perder, es como echar a perder ese proyecto que nos está diciendo que haya comidas, sanas, frutas, verduras y todo eso, pues es como echarlo a perder. A veces es nuestra propia decisión la que tenemos que, es lo más que nos puede ayudar, nuestras decisiones. 3057-3076]

Los adolescentes señalan que la publicidad crea estereotipos de cuerpo o de prácticas alimentarias obesogénicas, de comidas chatarra, etcétera, pero siempre está mediada en última instancia por la decisión individual. Una decisión que recae en personas que por ser obesas se relacionan simbólicamente con lo débil, lo

irracional, lo que no se ciñe a la norma, y que por tanto, no tienen la capacidad de auto controlarse. Los adolescentes ya han incorporado la noción moderna del ejercicio o han aprendido delegar en el médico o la nutrióloga las decisiones sobre su cuerpo. La adolescencia al relacionarse con normas ya interiorizadas y cierta libertad hacen en automático lo que la norma indica.

E: Consideras que en la primaria ¿le afecte más a los niños tener obesidad o en la adolescencia?

A: Yo digo que en la primaria porque desde ahí luego te están diciendo los demás que eres un gordo, un obeso que no puedes correr y en la juventud, puedes ir a jugar futbol o ir con un doctor a que te balancee tu comida o te dé una dieta. 819-828]

La alimentación es un proyecto racional, planeado, externo. Pareciera que los adolescentes se sienten culpables por no ser lo suficientemente racionales, seguir la “buena alimentación” y tomar distancia de sus emociones, de sus sensaciones, que sólo llevan hacia el desastre. La subjetividad, las sensaciones, emociones, la experiencia vital de los adolescentes está mal valorada.

Como se señaló anteriormente, estamos en un cambio de época en una crisis cultural que ha impactado los significados sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias. Hemos pasado de una modernidad a una posmodernidad, de una sociedad disciplinaria a una sociedad del control, de un capitalismo duro a otro liviano y flexible. La vigilancia del panóptico sobre el detalle de los cuerpos para hacerlos cada vez más útiles y más dóciles y engranarlos al sistema productivo fue reemplazado por un control de la subjetividad de individuos cada vez más narcisistas y auto responsables y que se encadenan a la búsqueda del aumento del consumo del nuevo capitalismo.

En este tránsito las redes de significados sobre los cuerpos y las prácticas alimentarias han pasado del cuerpo máquina, del cuerpo normado por la medicina, de la subordinación de las sensaciones, las emociones y la corporalidad por la razón y la mente, a cuerpos flexibles que no cobran sentido bajo un solo discurso

de la razón sino bajo la multiplicidad de la subjetividad de los individuos narcisistas mediada por el consumo. Es el mínimo de coacciones y el máximo de elecciones privadas, satisfechas en el consumo. De la racionalización a la realización personal y el respeto a la singularidad subjetiva. Los nuevos dispositivos de poder sobre los cuerpos y sus prácticas alimentarias, son fluidos y desestandarizados, y asumidos como decisiones libres de los sujetos, en un deseo de expresión y expansión del yo.

### **2.5. Obesidad e individualismo narcisista**

Una de las principales características de los significados sobre el cuerpo y la alimentación posmodernos es el énfasis en un individualismo narcisista. En la modernidad los significados de la alimentación se relacionan con la individualidad. La pertenencia a la familia, la comida que come unida, se rompe, se come solo. Fue frecuente en las entrevistas encontrar que los adolescentes hacen solos muchas de sus comidas. Entre las principales razones que daban pudimos encontrar que la dinámica escolar, como horarios, deberes, tiempos de ocio con los amigos, les exige vivir y comer rápido, y también la dinámica familiar, como las múltiples jornadas de sus madres o padres, el inicio y finalización de sus jornadas laborales no concuerdan con los tiempos de las comidas, entre otras. Los adolescentes y sus familiares no se encuentran para comer juntos.

E: ¿Con quién comes?

A: Sola,

E: ¿Siempre?

A: Bueno sí, cuando como en mi casa sí como sola, pero por lo regular nunca como, sólo desayuno y ceno por el tiempo.

E: Y en la cena ¿te esperan para cenar tu familia?

A: Mmm... a veces mi mamá, pero casi siempre sola. 6891-6903]

En el adolescente hay un repliegue del individuo sobre sí mismo, un ensimismamiento, una inversión total de su tiempo y sus energías sobre el yo, en



un deseo para expresare, hacerse mejor cada día. No es la racionalidad médica de la salud, lo normal o lo patológico, ni el estándar, sino “estar en forma”, la expansión del yo, del potencial que cada individuo guarda en su interior.

A: ... Yo siento que uno debe estar bien uno mismo, no porque los demás digan está gordo, está flaco, sino que debe estar bien con uno mismo 9278-9298]

Por otra parte, el cuerpo y la alimentación posmoderna no pasan por la racionalidad sino por los sentidos desatados, sin disciplina ni coerción. Como se ve en el siguiente segmento de entrevista el cuerpo obeso o delgado se valora positivamente en relación a lo “sabroso”, a una irracionalidad corpórea, las sensaciones, no a la norma médica.

A: ... por ejemplo, un amigo nos decía, es que a nosotros no nos importa que estén gorditas y no sé qué, hay de dónde agarrar, y no sé qué tanto. Pero, o sea, la verdad es otra, porque ven a una chava así y ni la pelan, entonces, ven una acá toda sabrosa y ahí van luego, luego. Entonces, pues no, o sea, sí influye la gente. O sea, también como que uno mismo, no, porque uno sabe lo que come y así o sea ni modo que no te des cuenta de toda la grasa que contiene lo que estás comiendo 8061-8084]

En este mismo sentido, no es suficiente con estimular el gusto al comer o el compartir con los otros, se requieren más estímulos de todo tipo como la televisión, los celulares o la computadora al mismo momento de comer. Se tiene que aprovechar cada momento en su potencialidad, satisfaciendo todos los sentidos a la vez, los visuales, del gusto, el hambre, la conexión con el otro lado del mundo, etcétera. La comida se llena de estímulos más allá del mismo gusto o la compañía y las tecnologías lo brindan.

Pero también las tecnologías suplantando la ausencia del otro, los objetos se convierten en la presencia del otro. El vacío del individualismo narcisista se intenta cubrir con los aparatos: ahuyentando la soledad las cosas asumen cualidades de

personas. Los aparatos estimulan las sensaciones, la subjetividad, las emociones, tanto en sí mismos, como por ejemplo, tener un *smartphone* satisface deseos, como la inmensa cantidad de información que se difunde a través de ellos, que pueden ser tanto de índole científica como erótica o afectiva.

E: ¿Comes solo o comes con otra persona?

A: Si, como solo

E: Cuando comes solo ¿comes frente al televisor?

A: Mmm... si, prácticamente sí, viendo la tele. 2324-2329]

Es la rapidez, el incremento de la velocidad de las vidas, que caracteriza la posmodernidad, la que impacta con solidez sobre las prácticas alimentarias y los cuerpos de los adolescentes. Hacer las cosas lo más rápido posible, como comprar los alimentos, prepararlos, comerlos debe reducirse en tiempo al máximo. La comida instantánea, como las sopas Maruchan, los restaurantes de cadena de *fast food*, como Burger King o Macdonalds, o las comidas en la calle, que pululan en la ciudad y pueblos del Estado de Hidalgo, son la respuesta a la falta de tiempo, en las escuelas o en el trabajo, a la exigencia posmoderna de vivir la vida aprisa.

La comida casera, familiar, que requiere de tiempo para la compra de los ingredientes, el momento de cocinarlos y el espacio de consumirlos no se ajusta a las demandas de aceleración. La rapidez de la vida hace de lo colectivo de la comida una pérdida de tiempo que cuesta, que es un lujo, que es difícil y gravoso de asumir.

A:... La comida instantánea, me entiende, Macdonals, o sea, es rico porque si lo hemos probado y todo, y es rico, pero hace daño, nos hace daño a nosotros. Y es que a veces, por decir así, trabajas o así, nada más comes en la calle, o que vamos a pasar así de comer rápido en un Burger King o un Macdonals. Pero por decir así ya no te comes una sopa hecha en casa, un caldo de pollo con verduras o un

caldo de res, no se algo así. Pero hecho en tu casa, ya casi no comes, en lugares rápidos en los que te hacen en cinco minutos y ya está la comida, es lo que ya nos basamos a eso.

E: Cuando no comes en tu casa ¿en qué lugares van a comer?

A: Supongamos que cuando por decir, como le digo salgo de la escuela y en mi casa no hay nadie, como lo que haya, por decir, si hay tantito caldo de pollo, me lo como y me voy, y en el camino me da hambre, hídole pues paso a una tienda, o ahí venden quesadillas y déjame paso a comprarme unas dos quesadillas y me las como, pero sí como en la calle a veces 2642-2671]

Además, en la posmodernidad las prácticas alimentarias son flexibles. Ante la disciplina horaria de la modernidad, el consumo posmoderno no puede esperarse tres o cuatro comidas al día, sino que debe hacerse continuamente durante todo el día, sin parar, haciendo innumerables los momentos de consumo. El *snacking* es ese consumo de alimentos desatado sin disciplina, ni horarios, ni espacios, que se puede hacer individualmente, sin la inversión que debe hacerse en el rito de comer con otros. El consumo de comida puede significarse sin los límites modernos, desplazándose o desapareciendo los tiempos y espacios de las comidas disciplinarias.

E: ¿Por qué no cenas, porque no te da hambre o porque no quieres cenar?

A: Porque, prácticamente no me da hambre, como ya estuve constantemente comiendo todo día, se puede decir, ya no me da hambre en la noche.

El aceleramiento, la flexibilización del cotidiano, de la vida, trae aparejada una posmodernidad en la que la subjetividad y la inversión en el yo, en sí misma, implica el desconocimiento del otro. A diferencia de la no modernidad, en la posmodernidad sí hay una distinción entre individuos, la naturaleza, los otros. En estos discursos no importa el reconocimiento del otro, sino sólo la apreciación del

individuo sobre sí mismo. El camino se anda solo, desconsiderando, despreciando al otro, sin estar acompañado del otro. En la posmodernidad construir un individuo requiere la exclusión de los otros. La compresión del tiempo hace muy costoso invertirlo en la solidaridad, en lo colectivo. En el siguiente fragmento se encontró cómo al adolescente “las personas no le interesan”, y al mismo tiempo las desprecia porque no se han cultivado como individuos. Se valora el individuo que es “más realista”, sabe más, mientras los otros “no entienden” y su ignorancia les molesta.

A: ... no pienso como la demás personas yo pienso diferente. Ya sea cualquier caso, ya sea con el tema pienso diferente. Muchos dirían o sea no toleran a las personas con obesidad, entonces, yo, me da lo mismo. Las personas no me interesan, este, soy más realista, soy más... Tiendo a sustanciar mis respuestas, no hablo igual que las demás personas, uso a veces palabras que no entienden, es lo que les molesta... 5498-5514]

## **2.6. Información, medios masivos de comunicación y cuerpos ideales**

Al contrario que en la modernidad donde la racionalidad era el centro, en la posmodernidad es la información la que le permite tomar decisiones a los individuos, sin coerciones, ni restricciones disciplinarias. Como se señaló anteriormente el poder sobre los cuerpos se ejerce a través de la difusión de información que pretende seducir a los individuos. Así, a los adolescentes no les gusta que los disciplinen en términos médicos, que les digan qué hacer, sino que les brinden información para que ellos tomen las decisiones libremente. De igual forma, los cuerpos y la alimentación se liberan de la disciplina y de la racionalidad haciéndose más flexibles, más corpóreos, más grotescos, menos racionales, más sensibles a la inversión individualista y por tanto al aumento del consumo. La difusión y circulación de la información se orientan en ese sentido.

E: Hemos escuchado que la Secretaría de Salud hace campañas para evitar la obesidad? ¿crees que son suficientes? ¿Y qué has sabido que hacen en estas campañas?

A: Yo, no he visto esas campañas, yo digo que no son suficientes, digo que necesitan más apoyo, más apoyo, más, hacer igual más campañas, hacer no sé, conferencias, todo eso para apoyar a la gente... 3032-3042]

Esta información se canaliza especialmente a través de los medios masivos de comunicación. El nuevo papel de los medios masivos sería producir un mayor narcisismo. Fomentar la inversión individual mientras se elimina, se desecha lo colectivo. Para los adolescentes los medios masivos de comunicación aprovechan y promueven el individualismo narcisista poniendo en el centro al individuo y otorgan un gran valor a todas las acciones que se dirijan hacia allí. Lo que moviliza a los adolescentes son los enunciados del tipo "es por ti". "Hacer creer" en el individuo, es el control de la subjetividad, del conocimiento cotidiano y de los cuerpos. En general, los adolescentes valoran la promoción del individualismo que realizan los medios masivos como positivo.

E: ¿Cómo crees que influyen la televisión, las revistas para que uno conciba o acepte su cuerpo?

A: A veces bien y a veces mal, porque hay comerciales o ciertos reportajes o entrevistas o este... En las revistas que te dicen: no pues échale ganas, es por ti, es por tu salud, por muchas cosas, no? 6201-6219]

E: ¿Cómo consideras que podrían impactar de manera favorable los medios de comunicación?

A: Con mensajes que alienten a las personas, que les digan, que las hagan creer que de verdad se puede que les hagan confiar en sí, que les digan échale ganas, no sé, algo que les...que los aliente a ellos para que puedan, porque nada más les..., y que les ayuden, que se acerquen, porque dicen, pero pues, no se hace nada... 6274-6285]

Entre los adolescentes entrevistados había en general una noción de que las decisiones que ellos tomaban sobre sus cuerpos y su alimentación eran libres. En primer lugar, su cuerpo era una posesión como cualquier otra, además, podían decidir sin restricciones sobre él y por último era cuestión de cada individuo saberse informar, acoger la mejor información, para tomar las decisiones correctas. Reconocían la influencia de los medios masivos para definir los tipos ideales de cuerpos, que les eran muy atractivos y que podían entrar en contradicción con su voluntad.

E: ¿Qué es lo que más te gusta de tu cuerpo?

A: A mí me gusta todo de mi cuerpo. Como le dije es mío, yo sé lo que hago con él y que tomo las cosas, tomo las decisiones que yo tomo.

E: Te gustaría ser diferente?

A: A la vez sí y a la vez no

E: ¿Por qué?

A: Porque a la vez digo, no pues sí, pero a la vez digo no pues es mi cuerpo, yo con el hago lo que yo quiera 619-629]

En las entrevistas pareciera que las percepciones y valoraciones del cuerpo se construyen desde los medios masivos. Para algunos se asume que los cuerpos que se difunden en estos medios son homogéneos y muy bien valorados, son perfectos. No se pone en cuestión su existencia, ni tampoco que su valoración sea arbitraria. Este tipo de cuerpo y significados construidos por los medios masivos se imponen a los adolescentes como ideal. Ellos intentan acercarse a ese ideal a través del consumo de las mercancías que venden esos cuerpos perfectos. Es un cuerpo ideal sobre el que se articula la gestión del aumento del consumo.

E: La televisión, la revistas, los promocionales hacen uso de un cuerpo perfecto ¿Tú crees que exista ese cuerpo?

A: Sí

E: Y cuando los ves que es lo que sientes?

A: Que quiero ponerme eso que trae puesto, el pantalón que

trae el de la revista yo lo quiero

E: Y te da coraje, decepción, enojo, tristeza, depresión?

A: Pues no me da así, como que lo veo y trato de imitar, aunque no sea el mismo pantalón. Pues yo digo este se parece y yo me lo compro. No me da tristeza ni nada de eso 5119-5135]

Además, habría una forma legítima de llegar a ese cuerpo, que sería a través del ejercicio, y otra ilegítima, que sería mediante cirugías u otras técnicas. La segunda la relacionarían más con los personajes de la televisión y con ello su falta de credibilidad. Pero, el ideal del cuerpo ideal se mantiene, lo que se cuestiona son las formas para llegar a él. El tema por discutir serían las formas para lograr el cuerpo, no el tipo ideal de cuerpo.

Así mismo, la crítica a la televisión no es por el tipo de cuerpo que imponen sino porque los productos no son eficaces. La crítica es porque hacen malgastar el dinero que se invierte por conseguir un cuerpo que prometen. Eso quiere decir que la promesa sigue intacta, se mantiene ese deseo por tener el cuerpo que se promete, la búsqueda por el consumo se mantiene y se perpetúa ese anhelo por obtener el cuerpo prometido. El producto no es lo que importa sino que mantiene intacta la promesa del cuerpo ideal.

A: ... O salen promocionales. Y, a veces son, yo digo que son como farsantes, chantajistas, esos comerciales, porque, porque sus productos no sirven, gastan la... un gordito gasta hasta sus ahorros, por comprar esa crema, ese reductor, esos test, que la verdad no sirven, no sirven. No hay nada más que como le dije hacer ejercicio sano, eso sí, pero eso que anuncian, que no, que cómprate esta faja, o cómprate esta pomada y vas a bajar de peso y que las pomadas a veces están carísimas, que cuestan un ojo de la cara y que no sirven para nada, es como tirar tu dinero a la basura 2939-2965]

La información sobre la obesidad o las prácticas alimentarias se dan como neutras, que “dan a conocer los problemas” frente a la ignorancia de ellos y ellas

como adolescentes. Por lo tanto, encuentran una aparente contradicción en el papel de los medios masivos entre el marketing, del cual desconfían pero se ven muy seducidos, y la difusión de información objetiva. Además, los límites entre unos y otros para ellos son muy difusos. Los adolescentes tienen que enfrentar esa contradicción constante y esta incertidumbre para tomar decisiones sobre el cuerpo y la alimentación.

E: Esta mercadotecnia de la televisión y las revistas ¿Cómo crees que influyen en la obesidad?

A: Pues está muy bien porque te van dando hasta conocer todos los problemas

E: Últimamente han estado pasando aparatos y medicamentos para la obesidad ¿Cuál crees que sea el fin de pasar todo eso?

A: Vender más porque no creo que sirvan 1350-1359]

La persona con obesidad está atrapada por todos estos deseos que se materializan en objetos, en productos, en cremas, reductores, téis, que cada día cambian, se transforman para mantener la esperanza siempre viva. Algún producto saldrá mañana para obtener por fin el sueño tan anhelado. De esta forma la persona con obesidad se ve sujeta a una red de significaciones sobre productos industriales que prometen el cuerpo ideal, pero sobre todo a la promesa, se sujeta a la insatisfacción para una nueva búsqueda de satisfacción. Cada falla en el producto, cada promesa incumplida, es un estímulo para buscarla en otro lado. Esto porque el cuerpo prometido es real, es auténtico, al igual que el deseo por obtenerlo, comprarlo, consumirlo.

E: En todo lo que es la mercadotecnia ¿qué concepto crees que proyectan de lo que es el cuerpo?

A: Que tenemos que estar buenas, sí, porque presentan como que así que para ser como exitoso o así tienes que a fuerza estar así. O sea, presentan a las chavas así como bien buenas y los chavos igual con todos sus músculos.



E: Y son reales esos parámetros?

A: No, porque nunca vas a ver a una chava así, a menos que esté operada o a un chavo así. O sea, siento que, o sea, si hicieran ejercicio, o así pues, a lo mejor podrían llegar a ser como un chavo y nosotras lo mismo. O sea, porque las presentan así con un buen de pompis y un buen de bubis y su cinturita y lo primero que bajas cuando empiezas a bajar el estómago son las bubis y las pompis entonces pues jamás. O sea, ya ahorita que empecé mis brasieres me quedan un poquito más grandes, sí, o sea, fue lo primero que empecé a bajar y eso de aquí de los lados la cadera, empecé a bajar. Entonces, pues no puedes estar así porque quedas como tabla, o sea, bajas de peso pero todo. 8492-8520]

La gestión del aumento del consumo se relaciona con un cuerpo ideal que es esencialmente joven, que se renueva, reinventa, explora constantemente y, por tanto, consume para encontrar nuevas experiencias a través de su cuerpo. Hay una correspondencia entre la moda y el cuerpo joven. De esta forma, los cuerpos viejos o que no consumen lo que está de moda aparecen como de “otra edad” para los adolescentes. No tienen el cuerpo que la industria les ha asignado como su deber ser. Los adolescentes entrevistados construyen al cuerpo joven y viejo dependiendo de su relación con la moda y la obesidad se relaciona con lo viejo y, por lo tanto, con estar fuera de la moda.

A: ... pues me gusta cuando me puedo comprar más ropa moderna, porque luego muchas veces por el tipo de cuerpo que tengo me tengo que vestir como si tuviera otra edad, o cositas así. O cuando, no sé, mi cara se ve más afilada o así cuando me empiezo yo a ver mejor es cuando digo, no pues le voy a seguir 7359-7370]

Ese cuerpo ideal, joven y de moda, se relaciona a su vez con la potencia. En las entrevistas cuando los adolescentes hablaban de dietas o ejercicio era constante apelar a significados cercanos a la potencia. Pareciera que en la posmodernidad los sujetos tienen en su interior una potencia que el mismo sujeto no ha

descubierto por estar inmerso en relaciones disciplinarias y de control que lo someten. El trabajo posmoderno de los sujetos sobre sí mismos es descubrir esas potencialidades y dejarlas fluir, circular. Pero la obesidad, se liga con significados opuestos a la potencia. Pareciera que la obesidad más bien limitara esa potencialidad interna de las personas. En el siguiente fragmento el adolescente aunque niega esa relación, lo que sugiere es que obesidad e impotencia se acostumbran a ser ligadas.

E: ¿Tú crees que te limita [la obesidad] para hacer algunas cosas?

A: No, dicen que el querer es poder, y si lo quiero hacer lo puedo hacer 8880-8883]

El cuerpo posmoderno no es el cuerpo máquina que tiene un uso específico, sino que tiene la potencia para usarse y ser de mil formas. El cuerpo joven es potencialmente algo más que él mismo. Mientras que en el viejo esto se reduce. De la misma forma el delgado tiene potencialidad mientras el obeso se limita. La potencialidad del joven o del delgado por hacer de él algo más o mejor es una de sus características principales en la posmodernidad. No es tanto su fuerza sino lo que podría llegar a ser si se aplican las medidas indicadas. Los obesos tienen pocas potencialidades. Puede ser que nunca lleguen a desarrollar esas potencialidades, pero eso no es lo importante. Lo importante es la promesa de que siempre hay una potencialidad que vale la pena experimentar, probar. La promesa de la potencia promueve una constante experimentación sobre sí mismo, un trabajo constante del sujeto sobre el cuerpo, la mente, etcétera.

E: ¿Cuál sería la diferencia entre una persona delgada y una persona con obesidad?

A: Que en las personas que tienen obesidad no podemos hacer varias cosas como elasticidad o correr más que ellos, y en las delgadas pueden casi, casi todo... 888-894]

Según los entrevistados los obesos no sólo tienen poca potencialidad sino que se imponen límites para explorar esa potencialidad. De esta forma, los obesos al relacionarse con pereza, cansancio, etcétera, no pueden hacerlo con potencialidad, son antónimos. La exploración de la potencia se entorpece con la obesidad.

E: ¿Qué piensas de la gente delgada?

A: Pues que... está bien, que puede hacer más cosas, a diferencia de los que estamos un poquito gordos, porque se cansa un poquito más, y los que no tienen sobrepeso, pueden hacer cosas que pues los gordos no pueden hacer mucho. Sí lo hacen pero no mucho porque se cansan 9174-9182]

A: ...o sea, el hombre también tiene mucho que influir en su carácter, en el carácter que tenga, en el que si se sienta seguro consigo mismo o no. Y pues yo siento que su obesidad no, no tiene que influir en eso pero muchas veces ellos mismos se ponen límites 7720-7728]

En la posmodernidad lo que moviliza o inmoviliza es la seducción. Así, por ejemplo los medios masivos pueden promover cierto tipo de consumos, como los alimentos sanos o el ejercicio, que tendrían como finalidad tener un cuerpo seductor para los demás. Seductor para conseguir pareja o para conseguir empleo.

Para una gran parte de los adolescentes entrevistados la valoración de los cuerpos delgados y jóvenes de las revistas o la televisión es negativa, pero al mismo tiempo se justifica y se transforma en positivo porque seduce, estimula la aplicación de intervenciones sobre el cuerpo y sobre el yo, “bajar de peso” y al mismo tiempo la “reflexión de sí mismo”. La seducción de lo delgado, lo joven, del cuerpo ideal, se fundamenta en la exclusión de los obesos, en evitar esa discriminación, y así seducen para aplicar técnicas sobre el cuerpo y sobre la misma subjetividad de los obesos. La seducción moviliza al sujeto hacia la intervención sobre sí mismo.

E: ¿Qué crees que nos esté diciendo la publicidad, en la televisión, revistas, promocionales en la calle, cuando nos ponen los cuerpos muy delgados, altos?

A: Pues a la vez ignoran a los obesos. Pero a veces está bien porque uno así hace reflexión de sí mismo, si esta gordo bajar un poco 473-481]

Además, la gestión del aumento del consumo lo ven como una posible solución a la obesidad entendida como un problema. El problema de la obesidad no es un asunto de salud, de lo normal y lo patológico, sino un asunto de estar en forma, a la moda. Y la moda es una lucha por establecer, consumir, apropiarse los signos legítimos de distinción social.

E: A ti como alumno, cómo adolescente, ¿qué te gustaría que se trabajara para disminuir tu problema?

A: Mas publicidad, yo pienso eso. Porque yo viendo las revistas yo quiero, voy estar a dieta, para que me entre este pantalón. Yo digo que más publicidad 5177-5188]

Pero también el énfasis en la seducción inmoviliza, pues son los cuerpos de los profesionales de la seducción los que se imponen como los cuerpos ideales. Así, la seducción de las grandes modelos de la moda inmovilizan los actos de los adolescentes para modificar su cuerpo o sus prácticas alimentarias. La pretensión de seducción inmoviliza a los obesos ante las modelos que son profesionales de la seducción. Los cuerpos de estas modelos son la definición misma de la seducción por excelencia, una seducción definida por la industria y ajustada a los productos que producen, construida desde la búsqueda por el consumo pero que se disfraza de la naturalidad de los cuerpos. La seducción de los cuerpos jóvenes, bellos, delgados, producen una profunda contradicción entre los adolescentes sobre el significado de su cuerpo y los actos de intervención sobre él.

A: Y tú dices, no, pues si te alienta a que vayas. Pero luego salen comerciales que no, pues vamos a... este... o las pasarelas

que pasan a las modelos y es cuando la gente se viene abajo, dice:  
no pues cuando voy a estar así, ya mejor me quedo como estoy.  
Entonces, a veces siento que influyen bien y en mal.

La subjetividad de los adolescentes se orienta desde las industrias al establecer signos de éxito social ligados al cuerpo delgado, y con ello lo joven, lo flexible, lo liviano etcétera... Al mismo tiempo conduce a que quienes no tienen ese cuerpo se frustren y sufran. Esto puede propiciar la detención de un consumo, como se ve en el ejemplo siguiente, pero produce la energía suficiente para elevar el deseo por un consumo posterior de diferentes productos.

E: Y cuando te vas a comprar ropa, cuando te pruebas la ropa que no te llega a quedar por tu complexión por tu cuerpo ¿qué sientes?

A: Me enoja, ahí si un buen, fuimos pues para los quince de mi hermana, fuimos a Galerías a una tienda. Y es que había un vestido que me había encantado así, pero o sea, faltaba nada para que me cerrara el maldito vestido, y me enojé un buen, y me salí de la tienda, y le dije a mi mamá no ya vámonos ya no me importa, ya ahí que se quede el mugre vestido, y sí me dio coraje. 8329-8342]

En algunas entrevistas se encontró que el consumo de cosas para el cuerpo, para seducir a los otros, puede comprarse en un momento para consumir esa seducción después, cuando “esté buena”. Así, en los obesos puede haber una procrastinación del consumo, para seguir comprando. La promesa de tener el cuerpo ideal hace que se compre ahora para disfrutar-seducir después. Esto es posible porque el cuerpo es en potencia seductor, sólo requiere algunos cambios que se pueden promover desde el consumo para desatarlo. La potencia estimula el consumo inmediato que seduce a posteriori. Las prácticas alimentarias de grasas y bebidas azucaradas pueden retrasar esa seducción y culpabilizan, pero no quitan la potencia de ser seductora.

E: Esto que dices que falta para que te sientas completamente a gusto con tu cuerpo ¿te limita en hacer cosas?

A: No, o sea hacer cosas no, pero como que ponerme cosas sí, porque, o sea, sí, porque precisamente no me siento así como que muy a gusto. Por ejemplo, para algunas blusas o algo así como que todavía digo todavía no me veo del todo bien, y ahí tengo blusas todavía guardadas para cuando siga bajando. 8544-8556]

El uso del cuerpo, lo que se consume para el cuerpo, sea ropa o alimentos, produce felicidad y al contrario, cuando no se puede consumir para el cuerpo, produce tristeza, depresión. Consumir es hacer parte de algo, de la sociedad y por tanto no poder hacerlo por la obesidad se convierte en un insulto, en rechazo, en discriminación, exclusión. El consumo integra, mientras la obesidad al entorpecerlo excluye. El consumo de la moda permite seducir y la seducción es la única forma de integrarse a los colectivos. La integración social se limita ser observado, portando los signos socialmente aceptados del cuerpo.

E: ¿Cómo crees que se siente una persona con obesidad?

A: Mmm... yo siento que se siente triste, se deprime. Si a mí me pasa cuando me voy a comprar ropa o algo así. Generalmente no me gusta, porque no me queda, que esto el otro, cositas así, o no se siente aceptada por la sociedad o piensa que todo es insulto hacia ella... 7446-7455].

En las entrevistas se encontró que les era difícil a los adolescentes dar alguna explicación al poder del aumento del consumo. En una entrevista lo explicaban como un vicio, algo incontrolable, imparable. Es el anhelo.

E: Algo que quieras comentar de la obesidad en los adolescentes?

A: Pues, ahorita la mala comunicación, y luego este, tantas cosas que venden qué pues no más... como le digo que en lugar que anuncien algo bueno, anuncian puras chácharas que les llaman la

atención y siempre lo compran y lo comen, y lo comen, llega como un vicio y esas cosas, porque a mí me llegó como un pequeño vicio y después me empecé a sentir mal 2194-2207]

Según los entrevistados el cuerpo obeso conduce a tener dificultades para consumir, porque la ropa “no queda” o “se ve mal”. Por lo tanto, al tener dificultades para consumir también se tropieza con estar a la moda. Son los otros, su observación meticulosa los que valoran si la persona puede estar a la moda, si tiene el cuerpo correcto para usar la moda. La aceptación o rechazo del otro se relaciona con el cuerpo y la moda, entre más signos de la moda se porten en el cuerpo mayor aceptación se tendrá en términos sociales, mayor éxito seductor se tendrá.

Y entre más signos de moda tenga el cuerpo más incorporado a una clase o fracción de clase específica lo que podrá generar relaciones afectivas entre la misma clase de manera más “natural”. La moda es una de las estrategias de distinción de clase entre los adolescentes y que se expresa en la consecución de parejas afectivas. La seducción se objetiva en el establecimiento de parejas pertenecientes a ciertas clases sociales.

E: ¿Cómo influyen los medios de comunicación, la televisión, las revistas, los promocionales que a veces vemos en la calle, cómo influyen para que una persona se sienta bien o se sienta mal con su cuerpo?

A: Pues, yo siento que de muchas maneras, porque por decir, en primera está el cuerpo, el tipo de cuerpo, de que una está delgada y una está gordita, pues ya quiere ser delgada, no, porque ve que a la delgada le llegan más chavos o cositas así. También, yo siento que entra lo de la ropa, de que chin yo me quisiera poner eso, pero pues no me queda, o se me ve mal, o entonces, como que también ahí como que te deprimas, porque dices no, no voy a poder estar a la moda o cositas así, porque no me queda o así detalles.

Según algunos entrevistados la seducción, la percepción de sí mismos, y por tanto la presentación de sí, variará según el contexto socio espacial en el que vive. De esta forma, en la intimidad de la casa los adolescentes desarrollan toda una serie de ritos de observación y preparación del cuerpo minuciosa y detallada. Hacen una inversión importante de su tiempo mirando en el espejo las partes de su cuerpo, las formas que toman con la ropa, valoran su posible presentación y modifican o ajustan su cuerpo a sus expectativas sobre esa presentación ante la observación inclemente de los otros en la escuela o la calle.

Este momento de preparación en la intimidad de su casa se valora como de mayor “libertad” tal vez porque tiene la posibilidad de intentar nuevamente ante cualquier fallo, es decir, no es definitivo en la preparación. De igual forma sucede en los vestidores de las tienda de ropa, pues pueden elegir, entre una diversidad de opciones de consumo, cuál puede ser exitoso o no en una presentación posterior.

Sin embargo, los otros siempre están ahí, así se encuentre solo, y como por encima del hombro le están señalando qué ponerse, cómo ajustar su cuerpo, cómo moverse, etcétera, para hacer una presentación exitosa de sí, ser efectivamente una persona seductora. Las modificaciones que hacen de su cuerpo en la casa, frente al espejo, a pesar de hacerlas en soledad, se realiza siempre como si estuviera la mirada atenta del otro, siempre controladora de lo socialmente valorado. La seducción requiere un gran trabajo e inversión de tiempo del sujeto en su preparación antes de salir. En cambio en la calle o en la escuela la presentación de sí puede ser definitiva, hay un juzgamiento del otro sobre sí, sobre el cuerpo y todos los signos socio culturales que le están anidados.

Tanto la preparación como la presentación de sí, que realizan los adolescentes en su casa, en la calle o en la escuela, están cargadas de múltiples ansiedades, expectativas, sentimientos y emociones. De esta forma la percepción y significación del cuerpo, de la obesidad, y los efectos psicológicos que conlleva cambian según los contextos donde vive el adolescente.



E: ¿Crees que hay diferencias de cómo percibes tu cuerpo en la casa, en la calle?

A: Mmm... sí

E: ¿Por qué?

A: Porque en mi casa me la paso en el espejo, tengo un espejo de cuerpo completo y ahí me la paso, como se me ven los pantalones y así.

E: ¿Tienes más libertad de mirarte, de probarte cosas?

A: Ajá

E: En la escuela, ¿cómo sería la percepción de tu cuerpo?

A: pues como que rara, porque el uniforme de plano no me gusta.

E: Y ¿cómo percibes tu cuerpo en la calle?

A: Pues normal como me veo, por eso me veo como se me ve para salir a la calle

E: ¿Te ha generado inseguridad en algún momento?

A: Sí

E: ¿Cuándo?

A: Cuando por decir me compro una playera nueva y yo digo se me ve bien, no, yo digo está padre el color todo y me la pongo y se me ve... y no me gusta cómo se me ve

E: ¿Y dejas de ponértela?

A: Ajá 4966-4992]

Por otra parte, la seducción del adolescente promueve contradicciones para él o ella. Por una parte, la seducción implica intervenir su cuerpo para lograr el ideal, pero por otro, seducir implica comportarse como lo “hacen los jóvenes”, es decir, de manera desestructurada, sin normas, flexible. Así, veíamos como entre los adolescentes el significado de la comida estaba definido por el contexto del hogar y el de la escuela, en tanto, en la primera la soledad marca un ritmo de consumo de alimentos más pausado, lento, sin ansiedad. Mientras que en la segunda, el

encontrarse con los otros y estar en el espacio de seducción, de platicar, “echar relajo” se produce un aumento del consumo de alimentos, de más antojos, de olvidar detenerse. Así, los momentos de socialización con los amigos desmarcan la urgencia de las normas, las relajan. La dinámica del grupo de amigos que valoran el “relajo”, a su vez relaja las normas alimenticias disciplinarias, y entran allí con fuerza las comidas industrializadas, las *fast food*, las comidas rápidas. Al relacionarse con la laxitud de las normas la adolescencia al mismo tiempo se relaciona con la flexibilidad de las prácticas alimentarias posmodernas, sin tiempos rígidos, ni lugares específicos donde consumir. La seducción de los adolescentes se vincula con la flexibilidad de las normas, con saltarlas, y la dinámica del grupo conlleva que la seducción promueva más consumo de comida rápida, en tiempos flexibles, sin lugares establecidos.

E: Hay alguna diferencia de cómo sientes tu cuerpo o como te percibes tú cuando estás en la escuela, cuando están en casa o cuando están en la calle, ¿sí es diferente como consideras a tu cuerpo en cada uno de estos lugares?

A: Sí es diferente, porque en mi casa, por ejemplo, me siento como más cómoda, que me pongo pijama o así, o sea, en mi casa como que es más no sé, pero a veces es más como diferente porque en mi casa, por ejemplo, cuando estoy en mi casa como que ni me da hambre y estoy así como, o sea, no me considero que estoy come y come, sino que, o sea, estoy viendo tele, por ejemplo, en las tardes y nada más estoy sentada, y, luego voy por agua, porque si tomo agua, ya no me da hambre, entonces ya voy por agua regreso y sigo viendo tele. Aquí en la escuela sí siento como que se me antojan más las cosas porque pues está la cafetería y, luego que llegan que con los chicharrones y, que estamos con mis amigas platicando, y así, y siento que, o sea, como que por lo mismo de que estamos echando relajo, y así, como que se nos olvida, y a mí como que si se me olvida que no tenía que comer eso, o sea, y si como estamos acá echando relajo y todo, y pues no, ni nos damos cuenta que estamos

comiendo. Luego yo llego a mi casa y digo: no si comí un buen, y hago recuento de todo lo que comí y digo, no sí, y ya no como. 8274-8311]

En las entrevistas fue frecuente reconocer la comparación entre cuerpos delgados y obesos, e identificar una valoración positiva de los primeros aunado a la envidia. La envidia al cuerpo, a los usos que hace de él y a la red de significados que se ligan a la delgadez. La envidia aparece en las posibilidades de los delgados a consumir lo que los obesos no pueden. Es una envidia al consumo inmediato, que lo estimula. Y con ello estimula las intervenciones sobre el cuerpo y sobre la subjetividad de sí mismos. La gestión de la envidia se promueve desde el marketing para aumentar el consumo de tecnologías o servicios para adelgazar y para sentirse culpable de su situación como obesos.

E: ¿Con qué frecuencia te llegas a comparar con otras personas?

A: Eee... no muchas veces, pocas veces es que me llego: yo, ah no, mírala a ella o cosas así. Casi no, pero luego sí es de que, ay pues, es que a ella se le ve mejor, o, ay pues, yo quiero estar así como ella, o, cosas así, pero no es muy frecuente. 7674-7683]

E: Y ¿qué piensas?

A: Que me falta bajar todavía mucho

E: ¿Y eso te estimula para bajar más de peso o te deprime, o te entristece o te da coraje?

A: Da coraje, porque si digo cómo ella puede estar así y yo no? Entonces, pues sí así como que a la vez como que sí me motiva seguir como que bajando. Porque hay veces que ya me da flojera ir a zumba y no, no puedo faltar todavía me falta mucho, o sea si, como que sí. 8316-8327]

En las entrevistas se observó como los adolescentes relacionaban el volumen del cuerpo con tener un tipo de autoestima diferencial. Las personas delgadas con

frecuencia eran valoradas con una mayor autoestima, más seguras, más conformes consigo mismas. Hay pues una naturalidad de la autoestima en las personas delgadas y su protección ante los otros. La red de significados se teje entre una autoestima alta y delgadez. Mientras en los sujetos con obesidad la red de significados se teje con una baja autoestima.

E: ¿Qué diferencias crees que existan entre una persona delgada y una persona con obesidad?

A: Yo siento que principalmente bueno dos puntos, uno sería la salud que una persona ... y emocionalmente pues yo siento que las delgadas se sienten más seguras, más este, más conformes con sí mismas, más de una manera diferente a las que tienen obesidad, porque se han de sentir , aunque no sea así pero rechazadas o que no se tienen confianza, de por decir, acercarse a un niño porque va a rechazarlas por el tipo de cuerpo o cosas así 7478-7504]

Según los entrevistados la autoestima está hecha para enfrentar a los otros, y se moldea a partir de los otros. El énfasis en la autoestima y su consecuente repliegue sobre sí mismo, el ensimismamiento, es visto por algunos entrevistados como una vía para defenderse de la discriminación y en muchas ocasiones el *bullying* que viven los adolescentes por su obesidad. La violencia del grupo se contrarresta con encerrarse en la autoestima del individuo, en cultivar su autoestima.

En el primer segmento de la entrevista que sigue al adolescente cuando se le pregunta sobre lo que hace cuando escucha comentarios ofensivos por su obesidad afirma que su estrategia es tratar de manera indiferente a los violentos y a las reglas sociales de los grupos de adolescentes. El conflicto se evita y se opta por la confortabilidad de encerrarse. En el segundo la adolescente expresa cómo la autoestima de las amigas le hace contrapeso a su situación de obesidad. En el

tercero, el adolescente obeso al preguntársele por su cuerpo lo relaciona inmediatamente con su autoestima.

E: ¿Y qué haces cuando hacen esos comentarios?

A: Reacciono indiferentemente, o sea no les tomo importancia 5534-5537]

E: ¿Te han dicho algo tus amigas con referente a tu cuerpo, a tu sobrepeso?

A: No, mis amigas si están un poquito pasadas de peso, pero o sea nosotras mismas a veces nos herimos por decirlo así, pero es en buena onda en decir “no eso no te queda bien” o luego nos decimos “ay, ahí viene la gorda”, pero físicamente, nosotras tres en nuestra autoestima está muy elevada, nos apoyamos, ese es el tipo de amigas que yo tengo

E: ¿Te gusta tu cuerpo?

A: Sí

E: Que significa para ti tu cuerpo?

A: Mmm... Sólo ver mi autoestima 838-840]

Para los adolescentes la discriminación de los compañeros de la escuela o del marketing televisivo se estrella contra el autoestima del individuo, permitiéndole vivir compartiendo el mismo medio de los demás pero siempre atento a cualquier intento de dañar lo interior. La autoestima es una coraza de defensa ante las amenazas del exterior. En el siguiente fragmento de entrevista la autoestima lo protege contra los medios de comunicación.

E: Influirán estos medios de comunicación, o las revistas que estamos comúnmente viendo en los sentimientos, en las emociones de las personas que tienen obesidad?

A: Yo igual digo que sí, porque te bajan tu autoestima. Es como dicen, mira tú, para el gordito que quisiera tener un cuerpo así 2939-2965]

Por otra parte, entre los adolescentes la autoestima se caracteriza por una búsqueda de la autenticidad en el cuerpo, y en negativo se expresa en que lo ficticio del cuerpo es fuertemente rechazado. El engaño de terceros o el autoengaño sobre el cuerpo hace a las personas inseguras, lo que llevaría a un rechazo de su propio cuerpo. Mientras que la autenticidad llevaría a la aceptación de su cuerpo y con ello el cambio de perspectiva sobre su obesidad, de su forma de enfrentar el mundo. Ante lo ficticio del marketing, ante la imposición de cierto tipo de cuerpos, hay un rechazo. En cambio, la esencia, la autenticidad, lo que hace a un individuo como tal, lo constituye como un sujeto cada vez más centrado en sí mismo y por tanto permite la aceptación del cuerpo. Para algunos entrevistados y entrevistadas el cuerpo aceptado es el signo de autenticidad de sí mismo.

La autenticidad es entonces, concentrar todas las energías en sí mismo, para aceptarse con todas las imperfecciones, pero al mismo tiempo con todas las potencialidades. Una alta autoestima disminuye la inseguridad y permite abrirle campo a todas las potencialidades del individuo.

E: ¿Cómo crees que utilicen el cuerpo humano las televisoras, las revistas, que concepción le dan al cuerpo, que utilidad?

A: Pues al cuerpo lo toman como un objeto para especificar todo. Bueno todo aquellas situaciones físicas, todo en general para no tener sobrepeso a veces lo usan para vender producto, ejercicio. Hay veces que hasta daña la psicología de las personas, o sea, sus estados de ánimo. Muestran cuerpos que técnicamente se ven muy ficticios, los dañan mucho ese tipo de aspectos y hacen a las personas más... si son inseguras, las hacen más inseguras de lo que son, rechazan su cuerpo, y, entonces, por lógica, tienden a ver muchos más problemas de eso tipo. En sí la comunicación,

cualquier comunicación que interprete el cuerpo humano de ese tipo son... logran un...un rechazo del cuerpo mismo de las personas. 5632-5664]

Entre los significantes relacionados con la autoestima encontrados en las entrevistas están la aceptación de sí, el respeto por sí mismo, confianza en sí mismo, seguridad, conformidad, abierta, mejores relaciones. Los adolescentes deben trabajar para vincular todos esos significantes a sí mismos, hacer crecer la autoestima.

El cuerpo se borra nuevamente, porque la prioridad a la psicología del obeso, acapara las significaciones del cuerpo. En este fragmento al preguntársele sobre el cuerpo, el adolescente responde evitando hacer alusión a su corporalidad y más bien recalca las cualidades de una alta autoestima.

E: ¿Qué significa tu cuerpo para ti?

A: Pues... todo, amor, todo, personalidad

E: ¿Cómo es tu personalidad?

A: Pues muy alegre, muy chistoso 6660-6664]

Trabajar en la autoestima es una combinación de la transformación del cuerpo a través de nutriólogas o de médicos, y al mismo tiempo una transformación de sí mismo, cambiando la forma como se percibe y valora. Por un lado, las relaciones con las nutriólogas y médicos les permiten a los adolescentes resignificar su obesidad. Por otro, hay un trabajo interior de cada adolescente consigo mismo que también le permite cambiar el significado de su cuerpo. Es un trabajo y una inversión del individuo sobre sí mismo para modificar su auto percepción, su perspectiva. La autoestima se ve entonces definido por ambas situaciones, en sus relaciones con los otros significativos y consigo misma.

E: En que ha cambiado?

A: Antes era yo más llenita, estaba yo todavía más.

Después, ya fue lo de la nutrióloga ya fue cuando me dijo, no

hasta ahí ya, yo ya te veo bien. De hecho este, ella me quería dejar todavía un poquito más arriba, porque me decía, es que no tienes problemas de salud, estás muy bien. Pero yo le dije que quería más y más y dijo no así ya así como estás, estás bien.

E: Con respecto al sentimiento de tu propio cuerpo ¿ha cambiado?

A: Sí

E: ¿Cómo?

A: Pues te aceptas más, ya tienes más confianza en ti, ya cuando tú dices no pues si ya me siento bien, pues ya es cuando dices ya, ya cambia la forma en cómo tú te ves tú mismo 6149-6169]

La autoestima requiere un trabajo importante de los adolescentes sobre sí mismos y en consecuencia, no tener autoestima refleja dejadez, pereza, inseguridad, etcétera. En las entrevistas se podía percibir que las personas obesas no son exitosas, no por su cuerpo sino porque la obesidad tiene aparejado un carácter inseguro, que las restringe, no las deja ser libres, las inmoviliza, las vuelve indignas. En cambio, la agilidad, la rapidez, la libertad, la flexibilidad, se relaciona con lo delgado y con ello la seguridad, el carácter, las dignifica. La delgadez se relaciona con todas esas redes de significados del empresario, el sujeto posmoderno.

La discriminación hacia la obesidad tiene su origen en su conducta incorrecta con su cuerpo, pero sobre todo en su débil autoestima. En el siguiente fragmento de entrevista se niega la discriminación hacia los obesos por el cuerpo sino la centra por la baja autoestima. Esto muestra la íntima relación en las redes de significados entre obesidad, baja autoestima y discriminación.

E: ¿Tú crees que una mujer delgada tenga más oportunidad de tener a una pareja que una mujer con



sobrepeso?

A: No, no creo que sea eso porque yo siento que entre las dos, bueno las dos están igual. Porque sea como sea la mayoría de veces, muy pocas veces, influye el cuerpo. Se puede decir siempre se tiene que fijar lo que hay dentro de una, o sea el carácter, todo eso. Pero siento que las delgadas sí tienen más parejas, es por lo mismo que se sienten más seguras, más... más no sé, más libres de sí mismas que las que tienen sobrepeso. No se sienten dignas de tener una pareja con ellas, o ven a un chavo y dicen ¡ay! no es mucho para mí o cositas así 7699-7717]

En las entrevistas se entreveía como la autoestima es una nueva demanda de la sociedad y especialmente a los adolescentes con obesidad. Si no se tiene, “no se encaja en la sociedad”. Una sociedad que es diversa, y que por tanto, puede estar llena de delgados o de obesos, todos ellos deben tener autoestima. Mediante la autoestima la sociedad acepta a los individuos, los incluye. Por tanto, no tener autoestima es un nuevo tipo de marginación y si se combina con obesidad que también tiene el sello de la exclusión es un refuerzo de expulsión social. Esta exclusión por no tener el cuerpo delgado y una alta autoestima se naturaliza por la autorresponsabilidad que se le asigna.

E: ... socialmente, ¿qué se nos pide para tener una buena imagen?

A: Eee... pues sería tener buen cuerpo, este... ya estar arreglada en tu persona, o sea, bien peinada o bien maquilladita o no sé tener...

E: ¿Cuerpo delgado?

A: Ajá, y también, se podría decir que entra mucho lo de tu forma de ser porque siento que al ser delgada eres más... eres más confiada, o sea, tienes más confianza en ti, más

abierta, te relacionas mejor. Y una persona con obesidad a veces puede ser tímida, insegura y pues también no encaja con la sociedad, o sea no, ella solita no quiere encajarse, se podría decir, porque de que no pueda ser aceptada. Pero como se siente insegura, de que no va a va a ser aceptada en un grupo de gente que no sea igual a ella... 7538-7561]

Esta búsqueda de los adolescentes por no estar excluidos, por integrarse, por tener los signos de la delgadez y la alta autoestima, es una forma de incentivar el consumo de productos. Los adolescentes encuentran en el mercado las mercancías o servicios que les podrían reducir el volumen del cuerpo y aumentar su autoestima. La potencialidad, la flexibilidad, la libertad que promueve la sociedad posmoderna les invita a los adolescentes a estar explorando continuamente las opciones que brinda el mercado para tener el cuerpo y la autoestima ideal.

Sin embargo, el verse excluido también promueve el consumo, así se encontró cómo los adolescentes consideran que los obesos para llenar el vacío de la exclusión desatan el consumo de comida. La autoestima se manipula, se hace crecer o debilitar, con tal de conducir al consumo. La relación volumen del cuerpo y autoestima es un motor de control, de gestión de la subjetividad. La ausencia de autoestima produce un nuevo consumo de alimentos. El consumo al ligarse a la autoestima se estimula por exceso o por falta.

E: ¿Crees que influyen estos medios para la obesidad?

A: Eee... pues... más o menos, como que siento que si llegara a interferir sería porque uno a veces cuando ve esas cosas se deprime. Entonces, cuando ya tienes obesidad muchas, muchas personas como que se consuelan con la comida, entonces siguen comiendo, en lugar de quitársela comen y comen para consolarse de su depresión y este pues sí se provocan más obesidad 7630-7663]

Además, entre los adolescentes pareciera que la autoestima al tiempo que genera una protección contra la violencia de los otros, también los aleja y los hace extraños. Al concentrarse en sí mismos, al forrarse de ese caparazón, se bloquea al otro. El otro es una amenaza para la esencia de sí mismo, la energía interior, la potencialidad, la libertad, lo que permite “aventarse”, experimentar.

A: ... yo aprendí desde que entré a la prepa que si tú te aceptas, que si tú te ves, ya este...no sé, ya te respetas también tú, porque si tú no te respetas nadie te va a respetar. Pues como que la vida te cambia, la ves igual ya diferente, porque si antes la veías así, como que no le voy a hablar, no, pues mejor, porque igual, y, me dice algo, no pues dices, no pues me voy a aventar, voy a tener confianza en mí, pues sí. Pero, pues, yo siento que no, yo aprendí ya desde que entré a la prepa muchas cosas 6125-6144]

Pero al mismo tiempo el cuerpo obeso además de relacionarse con baja autoestima, también lo hace con la reducción de las redes sociales. La posmodernidad produce un encerramiento del sujeto en sí mismo que se extiende hasta las esferas íntimas. Lo colectivo amplio como la comunidad, la familia extensa o la clase social se reduce a pequeños grupos cálidos, no conflictivos, donde la autoestima es alta porque no se requiere la protección que brinda.

E: ¿Qué piensan tus compañeros de tu cuerpo?

A: No sé, algunos... no es que, o sea, de algunos no sé, otros se pasan

E: ¿Por qué?

A: No sé, es que como de mi mamá tengo las pompis así, tenemos cadera en mi familia, mucha cadera, de mi prima la más flaca se ve así... la caderota, la cadera las pompis y de aquí... Entonces, pues cuando, o sea, estaba en la secundaria creo, decían que estaba buena, ahorita no sé, porque pues

ahorita en la prepa como que es más de estar con mis amigas, o sea, no me junto mucho con hombres. 8384-8398]

Según los adolescentes entrevistados lo que se define como normal o anormal en las prácticas alimentarias debe tenerse en cuenta para tomar decisiones informadas. Lo anormal, el exceso, siempre es perjudicial y debe evitarse. Lo normal se relaciona con un supuesto equilibrio. Este quedaría en la mitad entre los extremos que son peligrosos.

E: Que significados te gustaría que manejaran del cuerpo?

A: Pues que tiene que ser como un equilibrio, como que no tienes que estar tan, o sea, llegada a ser tan gordo pero tampoco tienes que estar tan flaco, o sea, que tienes que tener un cuerpo como, no sé, como normal, o sea, si no irte tanto a los extremos 8522-8530]

En los extremos de la anormalidad hay enfermedades, rechazo, discriminación.

E: ¿Qué piensas de la gente que es delgada?

A: Pues que hay unos que exageran de delgadez, por eso se enferman. Tanto hay ventajas en los gordos que les da... diabetes como a los delgados la anemia, anorexia, así. O sea, no debe estar ni gordo ni flaco, normal, para que así no tengan ninguna enfermedad 564-572]

La distinción entre lo normal y lo anormal, se realiza externamente a los adolescentes, desde la medicina o desde los medios masivos de comunicación. El adolescente debe entonces “tomar las medidas”, definir límites a sus actos, a partir de esa distinción que se crea externamente a él, pero que él cree que es una decisión propia.

Es más, si sigue esa distinción normalizadora se reconforta, se “siente más cómodo consigo mismo”. La normalización de la persona permite una mayor aceptación de sí, pero al mismo tiempo la delegación de las decisiones sobre el cuerpo bajo intereses disciplinarios o del aumento del consumo.

A: ... primero es la salud y cuidar tus decisiones que tomas, porque si son malas y si son en exceso, así como le digo las dietas, pues pueden dañarte mucho, y si tú las tomas a medida, si dices ya hasta aquí, tienes un límite, y ya te sientes cómodo contigo mismo, ya éstas, son buenas 2517-2537]

E: ¿Qué te gustaría que hicieran con ustedes como adolescentes, como les podrían ayudar para bajar de peso o para evitar la obesidad?

A: Pues poniendo dietas

E: ¿Qué otra cosa te gustaría?

A: Que pusieran información sobre obesidad, como reducir esto 1302-1309]

Sea por no llegar a estar en forma, a lograr el cuerpo definido por las revistas, o por los médicos, o por sí mismo, esto lleva a un temor, miedo a ser discriminado. La anormalidad se traduce en muchos casos en miedo y temor.

A: Pues yo creo que sí, algunas personas tienen el temor de estar así, entonces yo creo que igual el temor, el miedo, aparece un poco de discriminación 5676-5683]

E: Cuando ves este tipo de rechazo, discriminación ¿qué es lo que sientes?

A: Pues a la vez no siento nada. Pero ya después yo llego a mi casa y me acuerdo de todo y empiezo a pensar y reflexionar, y luego me pongo a pensar así el día que me toque a mí que me lleguen a rechazar. No sé me pongo a pensar muchas cosas, en fin y luego no pienso en otra cosa, nada más

que cuando siento que me van a gritar y luego yo siento, me van a gritar y yo me voy a sentir mal entre todos mis amigos o algo así.

E: Si pudieras cambiar la mentalidad o el concepto que tiene la gente sobre los cuerpos con obesidad ¿qué cambiarías?

A: Pues yo cambiaría mi cuerpo, este... bajarlo un poquito, ya no comer mucho para tener ahora si un buen cuerpo y tener un buen físico 4005-4027]

La obesidad y la comida son relacionadas por los adolescentes con el peligro.

A: ... peligroso para su salud porque se cansan, no sé, igual si se le antoja algo de comer, va a engordar más y más, y sí puede ser peligroso 2548-2551]

El miedo surge no solo por la condición presente sino por la probabilidad futura. El individuo controla su cuerpo y sus prácticas alimentarias a partir del miedo que siente por no estar como los demás sujetos con obesidad.

E: Y cuando ves en la calle o en algún lugar alguna gente con obesidad ¿qué piensas?

A: Cuando están más gorditas que yo sí me da miedo 1756-1761]

Los jóvenes de Hidalgo se relacionan de manera compleja con su cuerpo, con la obesidad y con las prácticas alimentarias. En parte, esa relación que se entreteje la configuran a partir de los significados que hacen sobre ellos. Estos significados se han construido históricamente y ellos los reproducen con sus particularidades en los contextos donde viven y estudian.

Así, por ejemplo, se observaron significaciones ligadas a una forma moderna de entender el mundo como un conjunto de normas racional y mecánicamente establecidas, que desembocaban en entender sus cuerpos como máquinas o sus cuerpos como distintos a ellos, que le son de su propiedad pero no son ellos

mismos. Asimismo, la alimentación y las dietas la significaban como un objeto de la razón y por lo tanto de expertos, de la medicina, su medicalización, ajena a su cotidianidad, y a ellos mismos. En cambio, para ellos se está más cerca del significativo comida, es decir, de unos saberes y prácticas del día a día, de legos, de su círculo social cercano. Esa distancia entre la alimentación, como tema de expertos, y la comida, como cotidianidad, es expresión y reproduce las dificultades de los jóvenes para relacionarse con el cuerpo, lo delegan, lo sienten ajeno, no son ellos, y por tanto, para actuar sobre él, por ejemplo para apropiarse de conocimientos científicos y al contextualizarlos a su historia, les pueden ayudar a autogestionar su cuerpo. Bajo esa racionalidad la norma médica del cuerpo definía las formas como ellos se enfrentaban a su propio cuerpo y con ellos se podía llegar a grandes frustraciones porque quien lo define es externo y ajeno a ellos. Por otro lado, al significar el cuerpo como parte de la naturaleza y no de ellos mismos, se fortalece una idea de que mi cuerpo y el cuerpo del otro son entidades absolutamente diferenciadas, que no son afectadas por condiciones que se comparten, y por lo tanto, el cuerpo del otro es ajeno y puede ser maltratado, discriminado, estigmatizado, y con él a su poseedor. Con estas significaciones el bullying sobre los obesos les es indiferente.

Además, en una época marcada por el consumismo, el cuerpo se controla no sólo por la norma racional sino también por el estímulo del deseo narcisista, que da la impresión de libertad. Los cuerpos deseados, seducidos o seductores, definen en buena medida las formas en que se relacionan con sus cuerpos y con la alimentación, y con ello con el consumo de mercancías para modelarlos. De allí la presión de los medios de comunicación por la incorporación de cuerpos ideales en la subjetividad de los jóvenes. A pesar de que los jóvenes son conscientes de esa presión ilegítima sobre sus cuerpos, las formas como se plantea, lo que oculta y lo que muestra le dan un sentido que es difícil para ellos la resistencia. Revelar las condiciones sociales sobre el control del cuerpo, los intereses ocultos, diversos por reproducir un sistema social y los dispositivos de poder que emplean pueden promover otras formas de significar la obesidad y las prácticas alimentarias y con

ello hacerse responsables de su cuerpo, no como entes individuales y pasivos, sino responder a las determinaciones sociales que influyen sobre ellos. Es hacer sujetos conscientes y autónomos de sus cuerpos, develando las significaciones y sus entretijos con el poder. Este capítulo apunta en ese sentido.



## **ABORDAJE METODOLÓGICO**

### **Pregunta de investigación**

Teniendo en cuenta todo lo anterior la presente investigación se guió por la siguiente pregunta: ¿Cuáles son los significados que tienen los adolescentes con obesidad sobre su cuerpo y prácticas alimentarias en el Estado de Hidalgo?

### **Objetivo general**

Entender los significados que los adolescentes con obesidad tienen sobre su cuerpo y prácticas alimentarias en el estado de Hidalgo.

### **Objetivos específicos**

1. Entender los significados de los adolescentes con obesidad sobre su cuerpo.
2. Entender los significados que los adolescentes con obesidad tienen sobre sus prácticas alimentarias.

### **Método**

El presente estudio empleó el método cualitativo para aproximarse a los significados de los jóvenes hidalguenses sobre el cuerpo y sus prácticas alimentarias (Denzin y Lincoln, 2000). Para el presente estudio se consideraron cuatro escuelas, la Preparatoria No. 3 que pertenece a la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo y se encuentra ubicada en la ciudad de Pachuca, tres escuelas del Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo en los municipios de Zempoala y Zapotlán que se encuentran en la periferia de la ciudad y el Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Cardonal, ubicado en el centro de la entidad en la llamada zona otomí.

El estudio inició con la participación de 1799 estudiantes adolescentes entre 14 y 19 años de edad, de los cuales fueron 625 de la Preparatoria No. 3, del Colegio de

Bachilleres del Estado de Hidalgo Zapotlán 242, del Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Zempoala 376 y del Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Cardonal 556.

Al 100% de los estudiantes se les midió y pesó para identificar aquellos que tuvieran obesidad, apoyándonos en los parámetros propuestos por la Organización Mundial de la Salud a través del. La obesidad I a partir del Índice de Masa Corporal de 27 a 29.9, la obesidad II de 30 a 39.9 y obesidad III mayor a los 40.

Posteriormente, ya obtenido el Índice de Masa Corporal se identificaron 168 adolescentes con obesidad que equivale a 9.3% del total, de los cuales fueron 32 hombres y 56 mujeres con Obesidad I; con Obesidad II fueron 31 hombres y 49 mujeres, teniendo un total de 63 hombres y 105 mujeres con obesidad. En cuanto a los grupos de edad se obtuvo que en Obesidad I fueron 36 adolescentes que tenían entre 14 y 16 años y 52 entre 17 y 19 años, en Obesidad II fueron 36 adolescentes de 14 a 16 años y 44 entre 17 y 19 años de edad. Esto indica que en cuanto a al sexo son las mujeres más vulnerables a desarrollar obesidad y en cuanto a edad son los adolescentes mayores a 16 años.

De esta población se seleccionaron a 36 adolescentes con obesidad para realizarles una entrevista semi estructurada, la selección de estos adolescentes fue por su disponibilidad. De los seleccionados, dos abandonaron la entrevista y tres se presentaron pero se retiraron, así que se contó con la entrevista a 31 adolescentes.

Las entrevistas semi estructuradas se componía de dos partes, la primera dedicada a las prácticas alimentarias, tiempos, espacios, preparación, consumo de los alimentos; mientras que la segunda trataba sobre la obesidad, su conceptualización, significados, relaciones con problemas psicológicos y tensiones sociales en los distintos contextos donde vivían y estudiaban los adolescentes.

Las entrevistas se realizaron hasta obtener la saturación de los datos y la comprensión del significado. Las entrevistas se realizaron a partir de una guía previamente elaborada que tuvo como objetivo identificar la configuración de las redes de significados, en relación con el cuerpo obeso y las prácticas alimentarias. Las entrevistas fueron grabadas en formatos digitales y posteriormente transcritas. Fueron realizadas en espacios que pretendieron generar confianza y *rapport* entre el entrevistado y el entrevistador.

Los criterios de inclusión fueron: a) los adolescentes estudiantes de las escuelas Preparatoria No. 3 de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Zapotlán, Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Zempoala y Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo Cardonal, b) adolescentes que sus padres permitieron a través del consentimiento informado la medida antropométrica de sus hijos y c) los estudiantes que aceptaron participar en la investigación.

El escenario fueron las instalaciones de los planteles que se mencionan en el párrafo anterior.

El periodo de recolección de datos fue entre mayo y agosto de 2010. La muestra del estudio cualitativo fue *flexible y reflexiva*, lo que significa que a medida que se descubrían nuevos aspectos interesantes para responder a los objetivos del estudio, se incorporaron nuevos entrevistados. Por ello en una segunda etapa se hicieron entrevistas a profundidad complementarias a cuatro adolescentes, con el fin de ahondar en las relaciones entre los significados y sus contextos. De esta etapa la recolección fue en los meses de abril y mayo de 2013.

El instrumento utilizado para obtener las medidas antropométricas fue el estadímetro proporcionado por el Área Académica de Nutrición de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, para lo cual se requirió el apoyo de tres personas que fueron capacitadas en la estandarización de la toma de talla y peso

de los adolescentes, éstas personas tenían la característica de ser pasantes de la licenciatura en psicología.

En esta fase se solicitó la autorización al director de la Preparatoria No. 3 y al Director General del Estado de Hidalgo de los Colegios de Bachilleres del Estado de Hidalgo para realizar las mediciones antropométricas a los alumnos de sus instituciones. Para la obtención de los datos se informó a las autoridades escolares sobre los objetivos de la investigación y se llegaron a acuerdos sobre los tiempos y espacios para llevar a cabo el proceso de recolección. Posteriormente se solicita a los padres o tutores la firma del consentimiento informado de la participación de sus hijos en el estudio.

Se realizó un análisis temático de contenido. El procesamiento de los datos cualitativos se realizó mediante el procesador *Ethnograph* v6. Se efectuó una generación mixta de categorías, es decir que las categorías se derivaron del marco teórico reflejado en las guías temáticas (categorías teóricas en el Cuadro 1) y las que emergieron de los datos. Una vez transcritas las entrevistas, en primer lugar, se hizo una codificación inicial, con una “codificación abierta” donde se identificaron y etiquetaron unidades significativas de texto, que fueron palabras, frases, oraciones, o porciones más largas del texto. Los enunciados que fueron categorizados se entienden de manera flexible, como aquella parte del discurso que se puede distinguir del resto por aportar un significado propio al mismo, atendiendo a las posibles implicaciones pragmáticas. Las etiquetas se convirtieron en categorías. Se buscó identificar las categorías de significados y significantes relacionados con la obesidad y las prácticas alimentarias. Se hicieron varias revisiones a las categorías, pasando paulatinamente de categorías descriptivas a más analíticas, reuniendo categorías descriptivas, para darle una mayor abstracción.

Las entrevistas se hicieron hasta lograr la saturación de los datos, es decir, se reunieron ejemplos de unidades significativas hasta que no surgieron nuevas instancias de una categoría en particular. Una vez que las categorías fueron

saturadas, se generaron definiciones formales en términos de las propiedades y dimensiones de cada categoría.

Posteriormente se realizó una codificación axial, o sea, se establecieron posibles relaciones entre categorías, que se hipotetizaron y evaluaron contra los datos que se reflexionaban permanentemente. Se construyeron redes de significados que los jóvenes entretejían para darle sentido a su experiencia. El análisis de las redes de significados se realizó identificando las que el entrevistado tejía alrededor de categorías teóricas como cuerpo, alimentación y obesidad, que se le proponían en la entrevista o de las que emergieron en la codificación abierta. Además, se segmentaron las redes de significados tejidas según los contextos locales de prácticas como la escuela, la familia, y otros. También se identificaron las diferencias de redes de significados según la forma como participaba el entrevistado en cada contexto y en situaciones específicas que se abordaron en las entrevistas. Finalmente se identificó la forma en que los entrevistados intentaron dar coherencia a las múltiples redes de significados que expresaron. Posteriormente, se llegó a una codificación teórica, donde el nivel de abstracción fue más amplio, tanto para las categorías como para las redes de categorías. Se buscó problematizar las pautas de significación y las redes de significaciones que tejían los adolescentes alrededor de la obesidad y las prácticas alimentarias

En todo el proceso de codificación se escribieron comentarios o memos que fueron el insumo básico para hipotetizar sobre las codificaciones, sus relaciones y su abstracción teórica.

**Cuadro 1. Categorías teóricas y definiciones operativas**

<b>Categorías teóricas:</b>	<b>Definición</b>	<b>Fuentes</b>	<b>Métodos de recolección</b>	<b>Resultados</b>
Cuerpo y alimentación	Significaciones tejidas alrededor del individuo,	Jóvenes	Entrevistas	Descripción de las redes de

moderno	de su racionalidad y de las distinciones cuerpo/individuo, cuerpo/mente, cuerpo/otros y cuerpo/mundo			significados del cuerpo y la alimentación modernos
Cuerpo y alimentación posmoderno	Significaciones tejidas alrededor del individuo narcisista, de la gestión de la subjetividad a través de mecanismos de normalización, riesgo, obligación al goce, seducción mediante información, consumatividad e indiferencia.	Jóvenes	Entrevistas	Descripción de las redes de significados del cuerpo y la alimentación pos modernos

Esta investigación se realizó de acuerdo con los preceptos Éticos propuestos en el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud de México. Los encuestados estuvieron informados y de acuerdo con el uso de los datos que arrojará la investigación.

## CONCLUSIONES

En el presente estudio nos distanciamos de la mirada biomédica de la nutrición que centra su atención en el efecto de un desorden en la alimentación, es decir, comer en exceso, comer poco o no comer. En cambio, en nuestro caso seguimos lo señalado por Pérez-Gil, Paz et al. (2011) cuando indica que el acto de comer es el resultado de un proceso social y cultural cuyo significado y razón debe buscarse en la historia o en la particular dinámica de cada sociedad y cultura. El acto de comer es mucho más que el simple hecho de ingerir nutrientes. Es más un fenómeno complejo que implica planos biológicos como también sociales y culturales.

En nuestro estudio de los significados de la obesidad y la alimentación concordamos con lo señalado con Gracia Arnaiz (2011) cuando indica que el rechazo hacia los jóvenes gordos en Cataluña ha aumentado, coincidiendo con la definición de la obesidad como enfermedad. En las redes de significados modernos de los adolescentes de Hidalgo, vemos por un lado, una racionalización del cuerpo y la alimentación por la biomedicina y al mismo tiempo una autorresponsabilización de los individuos por no lograr llegar a la norma médica. La medicalización de la gordura, lejos de contribuir a desculpabilizar a los jóvenes obesos en Hidalgo ha contribuido a estigmatizarlos aún más.

Esta relación entre medicalización, autorresponsabilización y estigmatización tejen los jóvenes de Hidalgo a través de las significaciones modernas del cuerpo y de las prácticas alimentarias. Para los jóvenes, el Hombre se define por el uso de la razón, y con ella la ciencia moderna para actuar y transformar el mundo. El cuerpo nuevamente queda subvalorado, es el soporte del pensamiento, y se encuentra más cercano a lo irracional, a los animales, a la naturaleza. El cuerpo y por tanto las personas definidas por él, por su cuerpo, como las personas con obesidad, fueron insertas por los jóvenes en redes de significados de inferioridad, de irracionalidad. El obeso fue definido por su corporeidad en contraste con su

racionalidad. En las entrevistas vimos como el obeso a la par de significarse como irracional, lo hace también con la falta de autocontrol, la pereza, con la gula, (con los pecados de la carne) y con su incapacidad para definir los límites de sus deseos o de su cuerpo. El obeso es entonces significado por los jóvenes con clasificaciones sociales de inferioridad como niño y con lo femenino, que son definidas como irracionales, en contraste con el adulto y el hombre que son racionales.

En las redes de significados modernas empleadas por los adolescentes se entreveía también una analogía entre cuerpo y máquina. Así, el cuerpo era bien valorado si era útil y estaba compuesto por partes intercambiables y que diseñadas racionalmente ponían a funcionar el todo. En cambio, para los y las entrevistadas la obesidad no era muy valorada pues no permitía llegar al óptimo de utilidad: el cuerpo es lento, pesado, está cansado. En consecuencia, el cuerpo obeso es una máquina inútil.

Asimismo, en las redes de significados modernos de los entrevistados hidalguenses el cuerpo se valoraba por la racionalidad y objetividad que brindan las medidas antropométricas, la talla, el peso. El valor del cuerpo lo asignaban en parte a partir de números. Un número cambia radicalmente el valor que un adolescente le puede dar a su cuerpo y por tanto su disposición frente a él, su sentido, sus prácticas y su concepción sobre sí mismo. Un número de peso y talla alto lo hace más propenso a ser calificado como sujeto irracional, perezoso, inútil, etcétera.

Estas redes de significaciones del cuerpo que tejen los adolescentes lo hacen de manera similar respecto a significantes como alimentación y comida. La alimentación al vincularla con la razón, se hace más cercana a la mente, mientras la comida lo hace a las sensaciones y de allí con el cuerpo. La dicotomía de los adolescentes en sus redes de significados alimentación/comida es la expresión de la dualidad mente/cuerpo, que permanece en Hidalgo.



Por otra parte, como señalamos anteriormente, en la modernidad el cuerpo es el límite del individuo y cuando el límite del cuerpo es más liso, más marcada es la diferenciación entre el individuo y los otros. Lo que sale del cuerpo como las protuberancias atentan contra esta diferenciación. La obesidad es leída desde este punto de vista interpretando algunos comentarios de los adolescentes; las protuberancias del cuerpo del obeso invaden el espacio de diferenciación con el otro, con el mundo, con la naturaleza. La obesidad es un atentado contra la individuación y esto es volver a la comunalidad, a ser un animal, desdiferenciarse de la naturaleza. Los espacios están hechos para individuos, con cuerpos de individuos, mientras que para estos jóvenes, el cuerpo del obeso acapara el de dos, sobra, excede el espacio que la sociedad moderna le ha asignado. El obeso sobra.

La obesidad al entretorse con la no razón, las emociones, las sensaciones, la no individualidad, se significa como estar fuera del orden social como un todo. Esto se podía entrever cuando ellos y ellas la comparaban con la drogadicción o el alcoholismo, que son valorados más claramente fuera del orden social legítimo y aceptado. Para nuestros entrevistados la obesidad es igualmente repudiable, es incorrecta, es sucia, no guarda el orden social.

La obesidad y la alimentación al ligarse con el desorden social, la irracionalidad, con patologías, con la inmadurez de sujetos infantiles o femeninos, se disciplinan externamente, con coerción. De esta forma, en las entrevistas los adolescentes indicaban que la obesidad debía intervenir, remitiendo a un imperativo, se enuncia de forma indicativa, sobre lo que se “debe” o “tiene” que hacer el adolescente. Una buena alimentación es comer sanamente desde fuera de los adolescentes, desde una técnica, desde el conocimiento médico, desde la norma nutricional. Esto coincide con el estudio de De la Riva, rescatado por García Urigoen (2012) donde se señala que los factores que influyen en lo que se consume en los hogares se encuentra de manera creciente en el papel de los especialistas. No es el mismo adolescente o los colectivos en los que participa

quienes hacen su valoración sobre sus propias prácticas alimentarias y valoran autónomamente su cuerpo y sus usos.

En las redes de significados modernos de los jóvenes de Hidalgo llegar a la delgadez, lograr una buena alimentación, se hace mediante el sacrificio que debe pagar por lograr la efectividad de la medicina, de llegar a la norma. El goce se retarda, se posterga. Igualmente lo señala García Urigoen (2012) cuando indica que en las sociedades tradicionales los individuos posponen el placer pues lo consideran como el final de un esfuerzo.

No cumplir con la norma trae aparejadas consecuencias sociales importantes, que desembocan en estigmatizaciones y exclusiones. Los adolescentes refirieron microcastigos y humillaciones que les hacían en el colegio, en el consultorio médico, o en la casa. Una constante en los microcastigos ante el rompimiento de las normas corporales en los adolescentes es el uso de bromas, burlas, etcétera. El mecanismo de control sobre el cuerpo se disfraza de risa, carcajada, símbolos de la amistad. La broma reiterada señala el cuerpo, lo sujeta, obliga a su autocontrol. Estos mecanismos aparecen embestidos de no racionalidad, de cotidianidad. De esta forma son más efectivos en el control del cuerpo. Hacer parte, participar del grupo requiere aceptar y jugar las reglas de juego sobre el cuerpo.

Además, las redes de significados de la obesidad y la alimentación remitían entre los adolescentes a la autorresponsabilidad. En parte por considerar que la gente elige libre y racionalmente lo que consume, la comida o los movimientos que hace con el cuerpo. La gente es responsable de ser racional, de comportarse racionalmente, de seguir la racionalidad biomédica que está en el discurso de la nutriología. No obstante, si el individuo se hace responsable le quitan la suya al Estado, a las industrias agro alimentarias y al marketing. La obesidad y las prácticas alimentarias pierden su componente político y se reducen a una cuestión de consumo individual, de gustos libremente escogidos, de irracionalidad o directamente de estupidez. Esto concuerda con estudios donde se señala que el

mexicano es reacio a agruparse en asociaciones y a tener una vida diaria más implicada en las decisiones políticas del país (García Urigoen 2012).

Por otra parte, como se señaló con anterioridad, estamos en un cambio de época en una crisis cultural que ha impactado los significados sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias. Para algunos médicos hoy pareciera que el comedor contemporáneo ha perdido su capacidad para distinguir entre lo comestible y lo no comestible debido a la crisis de los códigos y valores culturales no modernos y modernos. Las normas médicas o de las tradiciones gastronómicas familiares y comunitarias no se siguen, se ponen en cuestión. Sin embargo, esta crisis no lleva a una pérdida de normas sociales, como haría pensar el término gastro-anomia propuesto por Fishler, sino a que las normas sociales que determinan las prácticas y significados sobre los cuerpos y la alimentación se constituyen a partir del entrecruzamiento de esos códigos no modernos y modernos con los posmodernos, más sutiles, flexibles, casi imperceptibles pero precisamente por eso más efectivos.

Entre los jóvenes de Hidalgo se vive un momento de tránsito o aunque sea de hibridez en sus prácticas de consumo y de significación del cuerpo. En ellos se entremezclan una modernidad y una posmodernidad, una sociedad disciplinaria y una sociedad del control. La vigilancia del panóptico sobre el detalle de los cuerpos para hacerlos cada vez más útiles y más dóciles y engranarlos al sistema productivo fue reemplazado por un control de la subjetividad de individuos cada vez más narcisistas y que se encadenan a la búsqueda del aumento del consumo del nuevo capitalismo.

En este sentido el estudio de De la Riva y Asociados prevé una serie de tendencias en las prácticas de consumo de alimentos de los mexicanos: el aumento en el consumo fuera de los hogares y de la cultura “*on the go*” y la aparición de nuevos productos portables, individuales, prácticos; una mayor conciencia de lo natural con productos procesados y frescos; continuación de consumo de platillos tradicionales aunque en menor frecuencia y cantidad; y una

mayor tendencia a la medicalización de los alimentos que se justifica con una mejor nutrición (García Urigoen 2012). Las dos últimas las tratamos en el apartado anterior. Ahora discutiremos las dos primeras, las que relacionamos con la posmodernidad.

En este tránsito las redes de significados de los jóvenes sobre los cuerpos y las prácticas alimentarias han pasado del cuerpo máquina, del cuerpo normado por la medicina, de la subordinación de las sensaciones, las emociones y la corporalidad por la razón y la mente, a cuerpos flexibles que no cobran sentido bajo un solo discurso de la razón sino bajo la multiplicidad de la subjetividad de los individuos narcisistas mediada por el consumo. Es el mínimo de coacciones y el máximo de elecciones privadas, satisfechas en el consumo. De la racionalización a la realización personal y el respeto a la singularidad subjetiva. Los nuevos dispositivos de poder que se vislumbran sobre los cuerpos y sus prácticas alimentarias de estos adolescentes hidalguenses, son fluidos y desestandarizados, y asumidos como decisiones libres de los sujetos, en un deseo de expresión y expansión del yo.

Sin embargo, la discriminación a las personas con obesidad se mantiene, pero esta vez no porque su cuerpo no guarda el orden social de la norma médica, de la individualidad, sino porque se relaciona al obeso con una baja autoestima y esto no le permite entrar en los círculos sociales posmodernos.

Por un lado, el individualismo se refuerza y los adolescentes comen solos, el consumo no depende de la presencia de otros. Junto a esto hay un repliegue del individuo sobre sí mismo, un ensimismamiento, una inversión total de su tiempo y sus energías sobre el yo, sobre la comida y sobre su cuerpo. La alimentación y la superficie corporal contienen un deseo para expresarse, hacerse mejor cada día. Lo que moviliza a los adolescentes entrevistados son los enunciados del tipo "es por ti". Se valora positivamente lo corpóreo, lo sabroso, las sensaciones. De esta forma, estamos de acuerdo cuando García Urigoen (2012) señala que los valores

que articulan la vida urbana son el individualismo, la competencia y el hedonismo, por lo que el éxito personal y el consumo son ejes fundamentales.

En la posmodernidad hay un aceleramiento del tiempo. La comida instantánea, como las sopas Maruchan, los restaurantes de cadena de *fast food*, como Burger King o Macdonalds, o las comidas en la calle, que pululan en las ciudades y pueblos del Estado de Hidalgo, son la respuesta a la falta de tiempo, en las escuelas o en el trabajo, a la exigencia posmoderna de vivir la vida aprisa. Los horarios de las comidas además son flexibles. Según García Urigoen (2012) en las sociedades tradicionales y modernas los individuos posponen el placer pues lo consideran como el final de un esfuerzo, mientras que en las posmodernas el hedonismo individualista quiere gozar del placer aquí y ahora. Esto hace parte de la experiencia de los jóvenes entrevistados.

En estos discursos de los adolescentes no importa el reconocimiento del otro, sino sólo la apreciación del individuo sobre sí mismo. El camino se anda solo, desconsiderando, despreciando al otro, sin estar acompañado del otro. En la posmodernidad construir un individuo requiere la exclusión de los otros. La compresión del tiempo hace muy costoso invertirlo en la solidaridad, en lo colectivo. En estos discursos de los jóvenes el otro aparece como competencia. Y esto se justifica porque según los mismos jóvenes la competencia estimula a la gente a superarse (García Urigoen 2012).

Desde los medios masivos de comunicación se ha construido un tipo específico de cuerpo ideal y perfecto, esbelto, joven, sin protuberancias. Como señalan Gracia Arnaiz (2011) por lo que respecta a los cánones de belleza, éstos en los últimos años, han sido impuestos y reforzados por los medios de comunicación, en estándares de belleza que se traducen en términos de delgadez, asociándola al éxito y a la aceptación social, siendo la presión social más intensa en las mujeres, ya que los estereotipos de belleza, particularmente los de la mujer, han sufrido rápidos e importantes cambios en poco tiempo. Este tipo de cuerpo y sus significados se imponen a los adolescentes y ellos intentan acercarse a ese ideal a

través del consumo de las mercancías que venden esos cuerpos perfectos. Los medios incentivan la promesa del cuerpo perfecto, que consumiendo podrán acercarse a él, aunque nunca se logre la promesa nunca se agota, y es ese deseo el que promueve el consumo. La gestión del aumento del consumo se relaciona con un cuerpo ideal que es esencialmente joven, que se renueva, reinventa, explora constantemente y, por tanto, consume para encontrar nuevas experiencias por medio de su cuerpo.

Según lo que emergió en las entrevistas de los jóvenes, la libertad se da porque ellos se informan y toman decisiones a partir de ella. La información sobre la obesidad o las prácticas alimentarias las asumen como neutras, que “dan a conocer los problemas” frente a la ignorancia de ellos y ellas como adolescentes.

En las entrevistas cuando los adolescentes hablaban de dietas o ejercicio era constante apelar a significados cercanos a la potencia. Pareciera que en la posmodernidad los sujetos tienen en su interior una potencia que el mismo sujeto no ha descubierto por estar inmerso en relaciones disciplinarias que lo someten. El trabajo posmoderno de los sujetos sobre sí mismos es descubrir esas potencialidades y dejarlas fluir, circular. El cuerpo y la alimentación tienen potencialidades que debe dejarse fluir. Para permitir dejar emerger la potencia se deben promover los cambios. En el estudio de Alducin que compara los valores de los mexicanos en 1981 y en el 2011, (García Urigoen, 2012) a la pregunta si era necesario el cambio, así no se logren los objetivos esperados más de la mitad de los mexicanos estaba de acuerdo. El 65% no estuvo de acuerdo en desechar las tradiciones. Pero la obesidad, se liga con significados opuestos a la potencia. Pareciera que la obesidad más bien limitara esa potencialidad interna de las personas. Sin embargo, la promesa de la potencia promueve una constante experimentación sobre sí mismo, un trabajo constante del sujeto sobre el cuerpo, la mente, la alimentación, etcétera.

En las entrevistas se observó cómo los adolescentes relacionaban el volumen del cuerpo con tener un tipo de autoestima diferencial. Las personas delgadas con

frecuencia eran valoradas con una mayor autoestima, más seguras, más conformes consigo mismas. La red de significados se teje entre una autoestima alta y la delgadez. Mientras en los obesos la red de significados se teje con una baja autoestima.

La autoestima requiere un trabajo importante de los adolescentes sobre sí mismos y en consecuencia, no tener autoestima refleja dejadez, pereza, inseguridad, etcétera. En las entrevistas se podía percibir que las personas obesas no son exitosas, no por su cuerpo sino porque la obesidad tiene aparejado un carácter inseguro, que las restringe, no las deja ser libres, las inmoviliza, las vuelve indignas.

Según los entrevistados la autoestima está hecha para enfrentar a los otros, y se moldea a partir de los otros. El énfasis en la autoestima y su consecuente repliegue sobre sí mismo, el ensimismamiento, es visto por algunos entrevistados como una vía para defenderse de la discriminación y en muchas ocasiones el *bullying* que viven los adolescentes por su obesidad.

Por otra parte, entre los adolescentes la autoestima se caracteriza por una búsqueda de la autenticidad en el cuerpo, y en negativo se expresa en que lo ficticio del cuerpo es fuertemente rechazado. La autenticidad es entonces, concentrar todas las energías en sí mismo, para aceptarse con todas las imperfecciones, pero al mismo tiempo con todas las potencialidades. Una alta autoestima disminuye la inseguridad y permite abrirle campo a todas las potencialidades del individuo.

En las redes de significados posmodernos de los jóvenes la discriminación hacia los obesos no se hace sólo por el volumen del cuerpo sino por su baja autoestima, su deficiente potencialidad, sus limitaciones de experimentar, etcétera. La discriminación hacia la obesidad tiene su origen tanto en su conducta incorrecta con su cuerpo, pero sobre todo por su débil autoestima.

Esto implica por un lado una autorresponsabilidad que los mismos adolescentes reconocen, no sólo de su obesidad sino de la baja autoestima que está relacionada. En las entrevistas se entrevéía como la autoestima es una nueva demanda de la sociedad y especialmente a los adolescentes obesos. Si no se tiene, “no se encaja en la sociedad”.

Esta búsqueda de los adolescentes de Hidalgo por no estar excluidos, por integrarse, por tener los signos de la delgadez y la alta autoestima, es una forma de incentivar el consumo de productos. Los adolescentes encuentran en el mercado las mercancías o servicios que les podrían reducir el volumen del cuerpo y aumentar su autoestima. La potencialidad, la flexibilidad, la libertad que promueve la sociedad posmoderna les invita a los adolescentes hidalguenses a estar explorando continuamente las opciones que brinda el mercado para tener el cuerpo y la autoestima ideales.

La intervención se hace sobre los anormales, sobre los obesos y con baja autoestima, y se realiza en libertad, dando información para que ellos mismos tomen decisiones sobre el cuerpo y su psique. Así, detrás de la libertad de decidir se encuentra un gran volumen de información que se circula en los espacios vitales de los adolescentes, sobre el cuerpo, la obesidad y las prácticas alimentarias que define los significados y por tanto los signos de las percepciones y valoraciones sobre ellos. Los adolescentes esperan información que les permita tomar decisiones, pero es una información que viene externamente. El tema es que toda esa información debe articularse a las redes de significados que usan los adolescentes para que cobre sentido.

Así la información sobre el cuerpo y las prácticas alimentarias que reciben los adolescentes del Estado de Hidalgo, por un lado, pareciera asumirse como neutral y objetiva, y por otro, que los adolescentes la tomarán también sin resignificarla siguiendo sus redes de significados, contextos y situaciones, sino que llenará el vacío que está en sus cabezas. Pareciera que sin otras alternativas los entrevistados insisten en tener mayor información para tomar decisiones



individuales. Nuevamente, con una información así el otro desaparece y no se considera la construcción colectiva de significados como una alternativa a la “entrega de información”.

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Almeida Filho, N. d. (2001). "For a General Theory of Health: preliminary epistemological and anthropological notes." Cadernos de Saude Publica **17**(4): 753-799.

Aristía, J. I. (2011). Obesidad y sobrepeso en México: un principio para los males cardiovasculares. Newsweek.

Arnaiz, M. G., J. M. Comelles, et al. (2007). No comerás: narrativas sobre comida, cuerpo y género en el nuevo milenio, Icaria Editorial.

Barquera, S., I. Campos-Nonato, et al. (2013 ). "Prevalencia de obesidad en adultos mexicanos, Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012." Salud Pública de México **55**(sup 2): 151-160.

Baudrillard, J. (1974). Crítica de la economía política del signo. México, Siglo XXI.

Bauman, Z. (2002). Modernidad líquida. Buenos Aires, FCE, Argentina.

Berger, P. L. and T. Luckmann (1968). La construcción social de la realidad. Buenos Aires, Amorrortu.

Boltanski, L. (1975). Los usos sociales del cuerpo. Ediciones Periferia.

Boudon, R., P. Besnard, et al. (1990). Diccionario de Sociología. Lisboa, Dom Quixote.

Bourdieu, P. (1991). El sentido práctico. Madrid, Taurus.

- Bourdieu, P. (1993) La lógica de los campos. Zona Erógena **16**,
- Bourdieu, P. (2002). La distinción. Criterios y bases sociales del gusto. México, Taurus.
- Bourdieu, P. (2008). Homo académicus. Buenos Aires, Siglo XXI.
- Bourdieu, P. and L. Wacquant (2005). Una invitación a la sociología reflexiva. Buenos Aires, Siglo XXI.
- Canclini, N. G. (2012). Culturas híbridas. México, Random House Mondadori México.
- Canguilhem, G. (1978). Lo normal y lo patológico. México, D.F., Siglo XXI editores.
- CEPAL (2013). Panorama Social de América Latina. Documento Informativo.
- Collipal, E., H. Silva, et al. (2006). "Significado de la obesidad para los adolescentes de Temuco-Chile." Int. J. Morphol **24**(2): 259-262.
- Contreras, J. (2002). "La obesidad: una perspectiva socio cultural " Form Contin Nutr Obes **5**(6): 275-286.
- Contreras, J., J. C. Hernández, et al. (2005). Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas, Ariel.
- Corcuff, P. (2008) Figuras de la individualidad: de Marx a las sociologías contemporáneas. Cultura y Representaciones Sociales **2**.
- Chapela, M. d. C. (2010). Diabetes, obesidad, ocultamientos y promoción de la salud. En el debate: diabetes en México. M. C. Chapela. México, Universidad Autónoma Metropolitana.
- Denzin, L. and Y. Lincoln (2000). Handbook of Qualitative Research. Londres, Sage.

Dietz, W. H. (1994). "Critical periods in childhood for the development of obesity." Am J Clin Nutr **59**: 955-959.

Douglas, M. (1991). Pureza y peligro: un análisis de los conceptos de contaminación y tabú, Siglo XXI de España Editores.

Dreier, O. (2005). Trayectorias personales de participación a través de contextos de práctica social.\*. Psicología Cultural. G. Perez Campos, I. d. L. Alarcón Delgado, J. J. Yoseff Bernal and M. A. Salguero Velázquez. México, Universidad Nacional Autónoma de México. **1**.

Dubet, F. (2010). Sociología de la Experiencia. Madrid, Editorial Complutense.

Eagleton, T. (2003). La ideología y sus vicisitudes en el marxismo occidental. Ideología. Un mapa de la cuestión. S. Zizek. Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica.

Eco, U. (1976). Signo, Labor.

Fairclough, N. (2001). Discurso e mudança social. Brasilia, Universidade de Brasilia.

Fausto, J., R. M. Valdes, et al. (2006). "Antecedentes históricos sociales de la obesidad en México." Artemisa **VIII**(2): 91-94.

Fernández-Ramírez, B., E. Esquirol Arias, et al. (2012). "El discurso popular sobre la obesidad. Análisis de contenido de una discusión virtual. ." Revista de Ciencias Sociales **52**(Enero-Febrero).

Foucault, M. (1998). Historia de la Sexualidad I. La voluntad de saber. Mexico, Siglo XXI Editores.

Foucault, M. (2002). Vigilar y Castigar. Nacimiento de la Prisión. . Buenos Aires, Siglo XXI Editores.

Foucault, M. (2006). Seguridad, territorio, población: Curso en el College de France: 1977-1978. Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica.

García, C. (2013). México encabeza las muertes por consumo de bebidas azucaradas. El País.com.  
[http://sociedad.elpais.com/sociedad/2013/03/20/actualidad/1363800319\\_518404.html](http://sociedad.elpais.com/sociedad/2013/03/20/actualidad/1363800319_518404.html).

García Urigoen, P. (2012). La alimentación de los mexicanos. Cambios Sociales y económicos, y su impacto en los hábitos alimenticios. Cámara Nacional de la Industria de la Transformación.

Gracia Arnaiz, M. (2011). "La medicalización de la obesidad. Concepciones y experiencias sobre la gordura en jóvenes con "exceso" de peso." Zainak **34**.

Hacking, I. (1995). La domesticación del azar. La erosión del determinismo y el nacimiento de las ciencias del caos. Barcelona, Gedisa.

Hernández-Ávila, M., J. P. Gutiérrez, et al. (2013). "Diabetes mellitus en México. El estado de la epidemia." Salud Pública de México **55**(sup 2): 129-136.

Hernández, B. and H. E. Velazco-Mondragón (2000). "Estudios Transversales." Salud Pública de México **42**(5): 447-455.

Hernández, M., J. R. Dommarco, et al. (2013). "ENSANUT 2012 Análisis de sus principales resultados." Salud Pública de México **55**(2): 81-82.

Hurtado-Valenzuela, J. G., N. Sotelo-Cruz, et al. (2005). "Aumento en la prevalencia de obesidad en niños y adolescentes de la consulta ambulatoria " Artemisa **22**(2).

Instituto Nacional de Salud Pública (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. 2012. ENSANUT. I. N. d. S. Pública.

Jáuregui Lobera, I., L. M. Plasencia, et al. (2008). "Percepción de la obesidad y cultura." Nutr Hosp. **23**(619-629).

Juan López, M. (2013). "El análisis de Encuesta de Salud Pública y Nutrición 2012 como contribución para las políticas públicas. ." Salud Pública de México **55**(2): 79-80.

Le Breton, D. (2002a). La sociología del cuerpo. Buenos Aires, Nueva Visión.

Le Breton, D. (2002b). Antropología del cuerpo y modernidad. Buenos Aires, Nueva Visión.

Lipovetsky, G. (2000). La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. . Barcelona, Anagrama.

Marcos-Daccarett, N. J., G. M. Núñez-Rocha, et al. (2007). "Obesidad como Factor de Riesgo para Trastornos Metabólicos en Adolescentes Mexicanos, 2005." Rev. salud pública **9**(2): 180-193.

Martínez-Aguilar, M. d. I. L., Y. Flores-Peña, et al. (2010). "Percepciones de la obesidad de adolescentes obesos estudiantes del 7º al 9º grado residentes en Tamaulipas, México." Rev. Latino-am. enfermagem **18**(1).

Mella, O. (1998). Naturaleza y Orientaciones teórico Metodológicas de la investigación cualitativa Santiago de Chile, CIDE.

Osorio, J., G. Weisstaub, et al. (2002). "Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones." Rev. chil. nutr. **29**(3): 280-285.

Pérez-Gil, S. E., C. Paz, et al. (2011). "Cuerpo, imagen y saberes alimentarios en infantes oaxaqueños, México: un primer acercamiento." Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud **9**(2): 847-868.

Queiroga, S., M. G. Vansconcelos, et al. (2010). "Percepcao do adolescente obesosobre as repercusoes da obesidade em sua saude. ." Revista Escola de Enfermeragem USP **44**(1): 25-31.

Rodriguez, R. (2006). "La obesidad infantil y los efectos de los medios electrónicos de comunicación." Artemisa **VIII**(2): 95-98.

Samaja, J. (2004). Epistemología de la Salud. Buenos Aires, Lugar.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2010) Fifth Session of the Intergovernmental Committee (5.COM) – Nairobi, Kenya, 15 to 19 November 2010

Wenger, E. (2001). Comunidades de Práctica. Aprendizaje, Significado e Identidad. Barcelona, Paidós.