

La estigmatización del cuerpo obeso: percepción en un grupo de adolescentes mexicanos

The Stigmatization of Obese Body: Perception in a Group of Mexican Adolescents

Bermúdez Borja B, * Hernández Rodríguez FS. **

* Maestra en Antropología Física. Escuela Nacional de Antropología e Historia, México. **Maestro en Antropología Física. Profesor Investigador de la Escuela de Antropología del Norte de México. Escuela Nacional de Antropología e Historia (ENAH). Instituto Nacional de Antropología e Historia. (INAH). Miembro del Cuerpo Académico Diversidad biosocial contemporánea. ENAH-CA-2.

Correspondencia: Maestra Berenice Bermúdez Borja. Correo electrónico: beremoonbb_79@hotmail.com
Recibido: 04-08-11 Aceptado: 07-12-11

RESUMEN

Objetivo: Identificar la percepción que tiene un grupo de adolescentes sobre la obesidad y las personas obesas. **Material y métodos:** Investigación etnográfica. Se utilizaron técnicas de recolección de datos, como las entrevistas estructuradas, la familiarización y la categorización. El estudio se llevó a cabo en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, Plantel Milpa Alta de la Ciudad de México. Se enfocó al problema de la obesidad, a partir de las experiencias vividas por 20 participantes del mismo plantel, 10 hombres y 10 mujeres entre 15 y 19 años de edad, con obesidad de acuerdo a los resultados del Índice de Masa Corporal; y 10 hombres y 10 mujeres que no padecían obesidad entre 15 y 19 años. **Resultados:** Los adolescentes se sienten preocupados por su apariencia, donde claramente influyen factores sociales y culturales. La obesidad se presenta como un estigma social, ante lo cual las personas intentan justificar su prejuicio contra la gordura afirmando que las personas obesas son totalmente responsables de su sobrepeso. **Conclusiones:** La familia puede ser uno de los principales apoyos, tanto en la prevención como en la atención de este problema de salud. No es recomendable insistir en dietas, ejercicio exagerado así como criticar y avergonzar a los adolescentes obesos. Por el contrario, se sugiere que los miembros de la familia se solidaricen con un tipo de alimentación adecuada, completa y equilibrada.

Palabras clave: Obesidad, Adolescente, Estigma.

SUMMARY

Objective: To identify the perception of a group of teenagers about obesity and obese people. **Methods:** Ethnographic Research. We used data collection techniques, such as structured interviews, familiarization and categorization. The study was conducted at the National College of Professional Technical Education, Campus Milpa Alta Mexico City. He focused the problem of obesity, from the experiences of 20 participants from the same school, 10 men and 10 women between 15 and 19 years old, obese, according to the results of Body Mass Index, and 10 men and 10 women who were obese between 15 and 19 years old. **Results:** Adolescents are concerned about their appearance, which clearly influence social and cultural factors. Obesity is presented as a

social stigma, to which people try to justify their prejudice against fat claiming that obese people are fully responsible for their overweight. **Conclusions:** The family can be one of the main supporters, both in prevention and in addressing this health problem. It is not advisable to insist on diets, excessive exercise and criticize and embarrass obese adolescents. On the contrary, it is suggested that family members show solidarity with adequate food type, complete and balanced.

Key Words: Obesity, Adolescent, Stigma.

Introducción

Los resultados de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) señalan que uno de cada tres hombres o mujeres adolescentes tiene sobrepeso u obesidad. No hay claras tendencias del sobrepeso y la obesidad en relación con la edad, salvo una ligera tendencia de mayor obesidad a mayor edad en el caso de las mujeres¹.

El sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente aumentan el riesgo de padecer obesidad en la edad adulta². El problema de la obesidad ya no es sólo individual, es el reflejo de un conjunto de influencias culturales e ideológicas que en ella se enmarcan.

Desde la perspectiva antropológica la obesidad es una manifestación de la producción cultural que trae diferentes grados de repercusión, como la estigmatización, dentro de este esquema, las perspectivas planteadas encuentran su origen en un tiempo, en donde los elementos se crean, permanecen, algunos mutan y otros desaparecen construyéndose nuevas expresiones, de un grupo social determinado. De esta forma el estigma como representación y el rol del estigmatizado³, tal y como se concibe hoy en día es un producto social que se ha ido construyendo a lo largo de la historia. De hecho, en cada sociedad y período histórico se encuentran problemas que simbolizan esa construcción.

La obesidad es un fenómeno con diversas causas, y significaciones que se proyectan en cómo las personas viven el hecho de estar obesos, es una enfermedad que afecta ampliamente la vida social de los adolescentes que la padecen, debido a la discriminación y la estigmatización, que colaboran a cambios significativos en el comportamiento del obeso. Este trabajo es un estudio antropológico sobre la experiencia, los estigmas, las representaciones y la percepción corporal de la obesidad vivida y observada por los adolescentes.

Material y Métodos

El método para este trabajo fue de carácter descriptivo, analítico y comparativo, se abordaron elementos sociales y culturales de la obesidad, se destacó al estigma como un componente de los factores de conflicto y presión social. Para este estudio se llevó a cabo la práctica etnográfica para acceder a los significados, interpretaciones y experiencias de los participantes, se utilizaron técnicas de recolección de datos, como las entrevistas estructuradas, la familiarización y la categorización. Siendo las principales herramientas de esta investigación la observación, las entrevistas y los datos derivados de la aplicación de los cuestionarios.

Esta investigación antropológica, se llevó a cabo en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica CONALEP plantel Milpa Alta, DF, en el periodo de enero a julio del 2008. A todos estos -- 22

alumnos, tanto a hombres como a mujeres se realizó antropometría, la talla en metros y centímetros y se registró el peso. Posteriormente se aplicó la fórmula del IMC para obtener información del estado nutricional de la población escolar en general. De un total de 685 alumnos, 515 mujeres y 170 hombres, correspondiendo al 75% y 25%, respectivamente. Presentaron bajo peso, un total de 28 mujeres (4%) y 11 hombres (2%); 305 (44.5%) mujeres y 105 hombres (15.3%) tuvieron peso normal. De los alumnos que presentan sobrepeso 164 (24%) fueron mujeres y 41 (6%) fueron hombres. En el caso de obesidad 18 (3%) mujeres y 13 (2%). Si bien la mayoría de los alumnos y alumnas tienen un peso normal (seis de cada diez) tienen la presencia de sobrepeso y obesidad, por lo que se encuentra en una magnitud importante ya que el 34%, tres de cada 10 estudiantes, presentan estos fenómenos.

Así fue que se seleccionaron 10 mujeres con peso normal de acuerdo al Índice de Masa Corporal (IMC) y 10 mujeres obesas de acuerdo al mismo, 10 hombres normales y 10 hombres obesos, con el fin de realizar entrevistas semiestructuradas.

Resultados

Esta investigación descubrió que los saberes que el grupo de estudio tiene sobre su cuerpo están relacionados con las actitudes personales, el comportamiento familiar, los estilos de vida, los pensamientos, sentimientos y emociones que se experimenta dentro del ambiente escolar. A través de la experiencia vivida por 20 adolescentes con IMC obeso (10 mujeres y 10 hombres). Las mujeres y hombres con IMC obeso (Mayor a ≥ 30), afirmaron estar “gordas” o “gordos”, desde su niñez. Manifestaron sentirse mal con su físico, creen y aceptan que ya no pueden hacer nada para bajar de peso.

La familia desempeña un papel muy importante en la percepción corporal que tienen cada una de las informantes, en este estudio se encontró que las madres ocupan el primer lugar en ejercer una presión sobre las mujeres por bajar de peso y en segundo lugar las amigas, en ambos casos tanta insistencia por bajar de peso está relacionada con la elección de pareja. Por lo que es común que las mujeres consideren que están obligadas a bajar de peso para cubrir las expectativas de los hombres, como lo señala Turner: en apariencia las mujeres aceptan de buena gana estas pautas a través de la elección pues es aparentemente consistente, por medio de la socialización, en la noción de que la delgadez es valiosa y respetable. *“El cuerpo delgado es el camino de una mujer hacia los brazos, el corazón y el hogar de un hombre”*⁴.

Los resultados demuestran un temprano arraigo o interiorización de las actitudes de rechazo hacia el obeso, supone que desde la infancia la autoestima puede estar condicionada por el volumen corporal. Las familias, los padres, desconocen la importancia de sus comentarios y observaciones acerca del cuerpo de sus hijos. En la totalidad de los casos encontramos antecedentes familiares con obesidad sea en uno o varios miembros de la familia, lo que hace que en estas circunstancias aumente la preocupación y que desde muy temprana edad se construya la imagen de la “gordita” o “gordito”.

El hecho de que desde la infancia tengan interiorizado su estado hace que la obesidad les provoque alteraciones en su vida familiar, escolar y social, están presentes sentimientos de desesperación, de enojo, de reproche a sí mismas y hacia las personas que de alguna manera hacen un comentario, críti-

ca o burla. Es así como se tiene conciencia de sí mismo a través de los otros: de ellos obtengo palabras, formas, tonalidad para la formación de una noción primordial acerca de mí mismo. Elementos del infantilismo en la autoconciencia que permanecen a veces presentes hasta el final de la vida⁵.

Se niegan a llevar dietas, o hacer ejercicio físico, pues lo que quieren son resultados a corto plazo, e incluso advierten que han probado de todo, pero lo han abandonado al no sentirse satisfechos lo que hace reflexionar, que cuando se habla de comer sano inmediatamente viene a la mente verduras, frutas y carnes magras, una dieta equilibrada, que se relaciona con un valor monetario alto, se cree que para comer sano es necesario tener dinero, “se considera que los gustos alimenticios de los miembros de las clases superiores, que prefieren alimentos sanos y livianos, legumbres verdes, comidas asadas y alimentos crudos, los alimentos de régimen que nutren pero no engordan, se basan, en buena medida, en la voluntad de cuidar la silueta, de evitar la gordura o la celulitis, de mantenerse delgados o de adelgazar”⁶. Esta estructura influye de modo importante en los procesos inferenciales que tienen lugar en la percepción social, así como en los juicios y conductas hacia estos grupos.

La consecuencia más inmediata del sobrepeso y obesidad es la discriminación social. Foucault⁷, describe cómo se han transformado de finales del siglo XVIII a principios del XIX las formas de actuar sobre la criminalidad; la disciplina no se emplea en el cuerpo sino en vigilar y controlar la conducta, la modernidad ahora castiga en forma directa por un agente externo al propio cuerpo, el ser humano se autocastiga rechazándose a sí mismo si no cumple con lo establecido socialmente, por ejemplo con los cánones de belleza. Desde la perspectiva cultural, la obesidad puede ser alabada o estigmatizada, dependiendo del grupo social al que se trate⁸. Pero para los adolescentes el aspecto físico del cuerpo obeso puede considerarse como algo desagradable, incómodo, feo o inclusive puede llegar a experimentar miedo o lástima por estar en esa condición^{9,10}.

El sobrepeso y la obesidad en edades tempranas están influenciados por los estilos de vida (hábitos dietéticos y actividad física) de la población, pero también en la forma en cómo el adolescente se relaciona con sus iguales. De acuerdo a los resultados, se ve la necesidad de frenar la tendencia de sobrealimentación del adolescente en sus primeras etapas de vida para no contribuir al desarrollo de obesidad en un futuro.

Debido a la importancia que para un adolescente genera la imagen corporal, los adolescentes se sienten preocupados por su apariencia, donde claramente influyen factores sociales y culturales, de esta manera la obesidad es presentada como un problema de estigma social, ante lo cual las personas intentan justificar su prejuicio contra la gordura afirmando que las personas obesas son totalmente responsables de su sobrepeso y quizás los adolescentes sean quienes más se enfrentan a esta estigmatización dentro de una institución social como lo es la escuela, en la cual de una u otra manera se proveen las posibles situaciones discriminatorias.

Dentro de las instituciones escolares los compañeros con frecuencia toman a los obesos como personas menos competentes, los acosan, se burlan o rechazan e incluso hay actitudes prejuiciosas por parte no solo de compañeros sino incluso por parte de los profesores. En este sentido, si consideramos la perspectiva de la persona con sobrepeso u obesa, destacaré que experimentan discriminación, pero si bien algunos se sienten enojados o atropellados, pueden aceptar la noción de que lo merecen.

Esto es particularmente peligroso, así como el culparse y puede conducir a problemas como depresión y actitudes negativas hacia el propio cuerpo. La gran necesidad y la angustia por querer bajar de peso pueden conducir, a la realización de dietas no saludables y conductas drásticas que a su vez provocan los desórdenes de alimentación. La vergüenza de ser obeso puede provocar que los adolescentes eviten el cuidado médico, lo que puede generar problemas de salud aún más serios.

Discusión

En las representaciones y las experiencias que aquí se presentan se confirmó que el estigma, utilizado para hacer referencia a un atributo profundamente desacreditador, establecido como una señal que diferencia¹¹, provoca una reacción emocional y experiencial, en los portadores de dicha marca. Lo que puede originar estos comportamientos hacia los estigmatizados, no es solo por el estigma que se tiene del cuerpo obeso, sino que además se agregan las explicaciones que los “normales” le atribuyen a la causa del estigma.

Es posible concluir que la percepción de la imagen corporal se adquiere desde muy temprana edad, esto repercute sobre la forma en la que se sienten aceptados o rechazados dentro de un grupo social, lo que nos permite entender la idealización de un cuerpo esbelto y lo indeseable que puede ser la morfología corporal obesa, atrayendo connotaciones negativas hacia las personas con esa característica. Los normales y los obesos comparten el deseo de adelgazar y el miedo a engordar.

La adolescencia es la edad de mayor riesgo para los trastornos de comportamiento alimentario, y es evidente la presión social contra la obesidad que se ejerce de forma más acentuada sobre las mujeres que sobre los varones. En consonancia con todo ello está demostrado que las mujeres delgadas tienden a formalizar mejores matrimonios que las obesas¹².

Para la mayoría el método para adelgazar consiste en restricciones de ciertos alimentos como las grasas lo cual la sola palabra desencadena sinónimos de obesidad. La extraordinaria idealización hacia la delgadez se complementa por el rechazo al sobrepeso y obesidad. Adecuar el tratamiento a la realidad económica, cultural, a los horarios y al estado de salud de cada persona es fundamental, se ha etiquetado y estigmatizado a las personas con sobrepeso- este último evaluado con parámetros ajenos a los valores estéticos y de salud y a los proyectos de las familias y los grupos sociales- sin ofrecer alternativas reales para el regreso a una alimentación suficiente, de calidad y culturalmente adecuada¹³.

Consideramos que hablar a partir de la propia experiencia de la obesidad nos permite saber ¿Por qué se estigmatiza a las personas? ¿Cómo perciben la condición del otro como algo menos humano o menos valioso? cada sujeto recibe a lo largo de su vida una compleja red de elementos de juicio, conscientes o inconscientes, físicos o mentales, para normar su conducta en relación al cuerpo propio y al de sus semejantes. Este sustraer es remodelado por las vivencias y reflexiones personales¹⁴, para recabar información para apoyar a los adolescentes con obesidad^{15, 16}.

Los adolescentes obesos consideran que un cuerpo delgado es símbolo de buena salud y se sienten impotentes al no tener el cuerpo ideal. Sensibilizar a la población y a los escolares en particular sobre la problemática es fundamental, insistiendo en los adolescentes y evaluando este fenómeno en forma integral, contemplando la dinámica familiar, las relaciones en la escuela y el consumo de alimentos, -

así como llevar a cabo la valoración médica, sin olvidar que en la etapa de la adolescencia es donde los jóvenes obesos sufren y viven preocupados por su apariencia física y por lo que otros perciban y puedan pensar sobre ellos.

En la etapa de la adolescencia una persona empieza a tener más conciencia e interacción social, los adolescentes obesos sienten una presión abrumadora, las personas en general tienen una actitud crítica en contra de los obesos, por considerarlos culpables de su estado y esto se ve reflejado en la autoestima del adolescente obeso, que se ve afectada por estas circunstancias, al enfrentarse con la realidad de su apariencia evitando situaciones donde puedan sentirse criticados, como; hablar en público, comer frente a otras personas, utilizar baños públicos, usar ropa que oculte su cuerpo, no participar en actividades de socialización como eventos escolares, obras de teatro, ceremonias, competencias deportivas, asistir a bailes y en general adoptar un estilo de vida pasivo y sedentario que los lleva al aislamiento social. La obesidad es un excelente marcador somático de la adversidad del medio ambiente: los cuerpos obesos representan el resultado de un proceso por el cual los individuos y los grupos “negocian su entorno”, no sólo en el ambiente físico, sino también dentro de las redes de interacción social que crean los seres humanos y en los que están integrados¹⁷.

La familia contribuye a construir este síntoma de malestar. El niño puede ser un emergente del conflicto que está ocurriendo en el grupo afectivo más íntimo. Una causa frecuente de aumento de peso en los adolescentes puede ser la actitud de los padres, que sobreprotegen y ahogan con comida la necesidad de autonomía de los jóvenes. Hay oportunidades en que los padres de un adolescente suministran lo que suponen que él necesita y la realidad es que no siempre esto coincide con lo que el joven requiere^{18,19}.

Generalmente la obesidad puede ser consecuencia del sometimiento. Pero de igual manera, la familia podría ser uno de los principales apoyos, tanto en la prevención como en la atención de este problema de salud. No insistir en dietas, ejercicio exagerado, criticar y avergonzar a los adolescentes obesos. Por el contrario, se sugiere que los miembros de la familia se solidaricen con un tipo de alimentación adecuada, completa y equilibrada y estimular las actividades artísticas. Estas acciones pueden ser mecanismos para la prevención, cuidado y detención de la obesidad en adolescentes, para no tener adultos obesos, con otras enfermedades mortales.

Referencias

1. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición - ENSANUT 2006 publicación provienen de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006, diseñada y conducida por el Instituto Nacional de Salud Pública”. [accesado 16 may 2011]. Disponible en: www.insp.mx/ensanut/.
2. Sun Guo S, Wu W, Cameron W, Roche A. Predicting overweight and obesity in adulthood from body mass index values in childhood and adolescence. Am J Clin Nutr 2002; 76: 653-8.
3. Goffman E. Estigma, La Identidad deteriorada. Amorrortu, Buenos Aires, 1986.
4. Turner B. El cuerpo y la sociedad, investigaciones en teoría social. F.C.E. México. 1989.
5. Mijaíl B. Yo también soy (Fragmentos sobre el otro). Taurus. México, 2000.
6. Boltanski L. Los usos sociales del cuerpo. Ediciones Periferia. Argentina, 1972.
7. Foucault M. Vigilar y castigar. Siglo Veintiuno. México, 2005.
8. Córdoba A, Palencia C. Obesidad. Problema de salud pública y tendencias actuales en México y en el mundo. Instituto de investigaciones Económica y Social Lucas Alamán A.C. 2004.

9. González M, Andre A, García E, López N, Mora A, Marrodán M. Asociación entre actividad física y percepción de la imagen corporal en adolescentes madrileños. *Nutr. Clín. Diet. Hosp.* 2010 30(3):4-12.
10. Saucedo T, Unikel C. Conductas alimentarias de riesgo, interiorización del ideal estético de delgadez e índice de masa corporal en estudiantes hidalguenses de preparatoria y licenciatura de una institución privada. *Salud Mental* 2010 33:11-19.
11. Goffman E. *La Representación de la persona en la vida cotidiana*. Amorrortu. Buenos Aires, 2001.
12. Sobal Jeffery S A. 1990 Socioeconomic status and obesity: a review of the literature. *Psychol Bull*; 105:260-75.
13. Bojalil L, Contreras Garfias ME, Chapela MC. Perspectivas: hacia el logro de salud universal en México. En *La salud en México, Pensar en el Futuro de México*, colección Conmemorativa de las Revoluciones Centenarias, Chapela Mendoza C, Contreras Garfias ME. Coord. México: Universidad Autónoma Metropolitana. 2011. pp. 349-366.
14. Rico A. *Las Fronteras del cuerpo*. Editorial Joaquín Mortiz, S.A. de C.V México DF, 1990.
15. Brewis A. *Obesity, cultural and biocultural perspectives*. USA: Rutgers University Press. 2011.
16. Perea A, Lopez L, Bárcena E, Greenawalt S, Caballero T, Carbajal L, et al. Propuestas para la atención continua de niños y adolescentes obesos. *Acta Pediatr Mex* 2009 30(1):54-68.
17. Brewis A. *Obesity, cultural and biocultural perspectives*. Rutgers University Press. United States of America, 2011.
18. Domínguez P. Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. *ALAN* 2008 58(3):249-55.
19. Martínez E, Chacon J, Moral J. Influences of the school and family context in the adolescent physical activity. Special attention on the obese pupil. *J. Sport Health Res.* 2009 1(1):26-45.