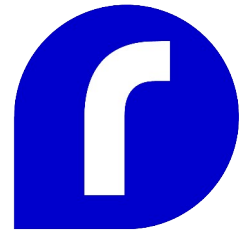


Del placer y otros demonios: cuerpos gordos, feminismos y resistencias



DOI: <https://doi.org/10.22458/rr.v16i2.6777>

Recibido: 16 de enero 2026

Revisado: 26 de febrero 2026

Aprobado: 20 de marzo 2026

Irene Orozco Brenes

Costarricense. Licenciada en Trabajo Social. Trabaja en la Vicerrectoría de Vida Estudiantil y en la Vicerrectoría de Extensión y Vinculación Territorial de la Universidad Estatal a Distancia de Costa Rica (Costa Rica).

Correo electrónico:

irene.orozco.brenes@gmail.com

ORCID: [0009-0001-6442-6065](https://orcid.org/0009-0001-6442-6065)

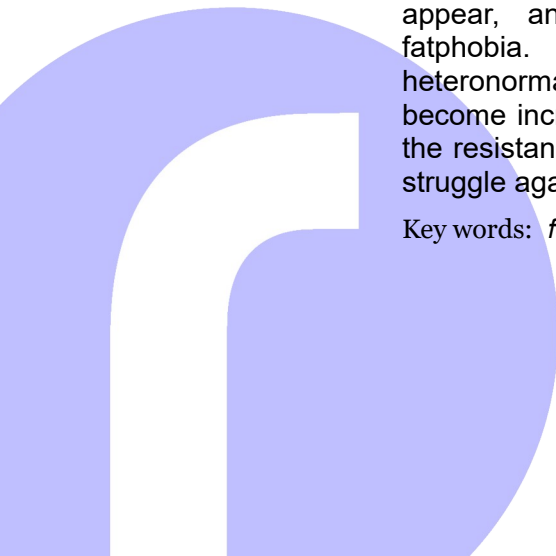
Resumen: Este artículo reseña, desde la perspectiva del feminismo y la interseccionalidad, algunas discusiones respecto a la gordofobia como sistema de opresión. Se coloca el debate en torno a las mujeres, la gordura y la sexualidad al incorporar la crítica a las ciencias de la nutrición y la medicina. Se evidencia que dichos saberes dictan formas sobre cómo deben ser, existir, verse y comportarse las personas gordas, lo que institucionaliza y naturaliza la gordofobia. Junto al patriarcado, el capitalismo, la colonialidad, la heteronormatividad y el racismo, la vivencia del placer de las mujeres gordas se complejiza. El artículo también nombra y recupera las resistencias, movimientos y activismos de las mujeres gordas como frente de lucha contra las violencias normalizadas.

Palabras clave: *feminismos, gordofobia, resistencias, sexualidad, interseccionalidad*

Pleasure and Other Demons: Fatness, Feminisms, and Resistance

Abstract: This article examines, from a feminist and intersectional perspective, the debates surrounding fatphobia as a system of oppression. It frames the discussion around women, fatness, and sexuality, incorporating a critical engagement with the sciences of nutrition and medicine. The article shows how these bodies of knowledge prescribe norms regarding how fat people should be, exist, appear, and behave, thereby institutionalizing and naturalizing fatphobia. Alongside capitalism, patriarchy, coloniality, heteronormativity, and racism, fat women's experiences of pleasure become increasingly complex. The article also identifies and recovers the resistances, movements, and activisms of fat women as a front of struggle against normalized forms of violence.

Key words: *feminisms; fatphobia; resistance; sexuality, intersectionality*



Introducción

El cuerpo es una construcción social que se da de forma única y singular para cada persona, pero que necesariamente se imbrica en la relación con otros cuerpos/sujetos. Es en esta interacción que se producen mandatos, expectativas y prejuicios sobre lo considerado bello, útil, productivo, saludable o normal (Ministerio de las Mujeres, políticas de género y diversidad sexual, 2022a).

En el entendido de lo anterior, Gabriela Quirós (2021) afirma que la gordura corporal se ha constituido en las sociedades actuales como un antivalor, lo que ha permitido que la gordofobia sea naturalizada como una forma de interacción normal a partir de la “patologización de todo tipo de gordura en el cuerpo” (3).

Según el Ministerio de las Mujeres, políticas de género y diversidad sexual (2022b) de Argentina, la gordofobia:

es un fenómeno social y cultural que se refiere al odio, rechazo y violencia que sufren las personas por el hecho de ser gordas. Esta forma de discriminación se funda sobre la base de una serie de prejuicios que señalan los hábitos, costumbres y modos de vida de las personas gordas, pues se considera socialmente que las personas engordan por falta de voluntad o ignorancia sobre el autocuidado y la gestión adecuada de su cuerpo para que éste sea delgado (3).

Adicional a lo anterior, de acuerdo con Anthony Giddens (2000), la ciencia de la nutrición y la cultura de dietas han contribuido a la creación de nuevas formas de poder, control y represión. Tanto la gordofobia como los controles del cuerpo en el ámbito de la nutrición aumentan cuando se trata de cuerpos femeninos, porque el aspecto físico es crucial para la valorización -o no- de ellos.

El cuerpo, en este escenario, materializa la existencia de las mujeres y define las opresiones a las que están sujetas en función de dicha corporalidad. Se les obliga a cumplir con ideales de cómo ser mujer y qué deben hacer o no con sus cuerpos; sobre todo, se establecen mandatos de cómo deben vivir -o no- la sexualidad.

Este escrito parte, entonces, de tres objetivos que permitan desmenuzar lo dicho en las líneas anteriores:

- Identificar la gordofobia como un sistema de opresión y de control que condiciona las experiencias de vida de las mujeres en relación con el deseo, el placer y la sexualidad.
- Reconstruir las formas en las que la nutrición y el discurso médico se constituyen en poderes legitimadores y de control para los cuerpos en relación con otros sistemas de opresión en la modernidad.
- Reconocer las manifestaciones de las resistencias de las mujeres frente a los controles de los discursos médicos.

Los apartados que se presentan, a continuación, pretenden dar respuesta a los objetivos descritos desde una mirada interseccional y con el apoyo de los aportes teóricos provenientes de los feminismos, los estudios decoloniales y los estudios sobre la gordura.

La “obesidad” como epidemia en la modernidad

Luis Avelino Sánchez (2020) evidencia que antes del siglo XX el término “obesidad” no era ni una palabra de uso común, ni mucho menos un concepto usado en la medicina. Sin embargo, esto cambió mediante dos momentos clave: el primero de ellos en el año 1948 cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) incluyó la obesidad como una enfermedad en la Clasificación Internacional de Enfermedades y, posteriormente, en 1998, cuando se declaró por primera vez la “obesidad” como una epidemia.

La OMS entiende esta supuesta enfermedad como “una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud” (Nina Navajas-Pertegás 2021,1). Dicha definición parece bastante normal en el contexto en que vivimos actualmente, en el que la gordura es sinónimo inmediato de enfermedad, anormalidad y, por qué no, de descaro de esas personas que deciden no ajustarse a la norma de la delgadez. Pero, no ha sido siempre así.

Fue el médico de nombre Carl von Noorden el responsable de que el término “obesidad” se introdujera a la jerga médica y propuso su clasificación clínica. De hecho, fundó, en Frankfurt, la primera clínica para el tratamiento de la “obesidad” (Sánchez 2020).

El gran logro de von Noorden fue crear la idea de que toda persona obesa es una persona enferma. Pero, fue realmente la industria de los seguros de vida la que logró posicionar, a escala global, el tema de la gordura como un problema de salud público a raíz del establecimiento del Índice de Masa Corporal (IMC)¹ como sistema de medición universal para determinar los pesos “normales” y los “anormales”, lo que contribuyó a retratar la “obesidad” como una epidemia (Sánchez 2020).

Desde la década de 1970, empezaron a desplegarse una serie de políticas orientadas al control de la salud, de la alimentación, de la estética, entre

1. El índice de masa corporal (IMC) fue creado en el año 1832 por un estadístico belga de nombre Adolph Quetelet. Este consiste en [...] una representación matemática de la masa corporal que se calcula al dividir el peso de una persona en kilos, por su altura al cuadrado en metros. Un IMC entre 25 y 29,9 se considera como sobrepeso y de 30 hacia arriba obesidad en distintos grados (Energici y Acosta 2020, 4).

otras, que dieron lugar a los movimientos de *fat phobia* en Estados Unidos y que luego se difundieron en otros lugares del mundo (Laura Albet 2021). Si bien la gordura ya había sido un tema de preocupación social en otros momentos de la historia de la humanidad (tal como lo detalla a profundidad el sociólogo George Vigarello en su libro *Historia de la obesidad. Metamorfosis de la gordura*) en la modernidad la preocupación por el control de la grasa corporal y la gordura toman una importancia particular.

En ese sentido, Allende (2020) cita a Kelli Jean Drinkwater (2016) y explica que la gordofobia se encuentra profundamente anclada a otras estructuras de alta complejidad, tales como el capitalismo, el patriarcado, el racismo, la colonialidad e incluso con la heteronormatividad. Este enmarañado de estructuras actúan en complicidad y con profunda vinculación como uno de los nudos esenciales para comprender la gordofobia y es vital para el análisis que aquí se propone.

Cynthia Luna (2022) señala que la gordofobia, en vinculación con el racismo y la colonialidad, forma parte de un proyecto corporal civilizatorio en el que el cuerpo europeo fue considerado como el ideal universal; así, se convierte a la gordura, los cuerpos racializados y a las mujeres en la otredad. Las corporalidades vinculadas al sur global, entonces, existen en una lógica en la que quedan relegadas frente a una supuesta superioridad de lo blanco y europeo, por lo que la idea de acercarse a este canon ha sido asimilada también como un sinónimo de progreso estético y corporal.

Asimismo, en el imaginario social se dicotomizó a las mujeres blancas y a las mujeres negras; los cuerpos de estas últimas fueron deshumanizados, considerados inmorales y groseros. En este proceso lo blanco fue -y sigue siendo- asociado a lo bello y estético, mientras que lo no blanco es considerado feo, disidente y grotesco. Como resultado, la gordura se asoció a lo feo, a lo subalterno y a la negritud (Luna 2022).

Con la modernidad, la delgadez empezó a ser un referente de belleza en la que se relacionó con los valores de contención ante el aumento en el acceso a los alimentos; pero se ligó ideológicamente con la gracilidad de la clase alta, que estaba caracterizada por la blanquitud en el contexto esclavista (Albet 2021).

Es decir, la modernidad trajo consigo un conflicto estético, cultural y político que establece que la gordura es contraria a ese ideal de las clases altas blancas. Se asoció la ingesta masiva de alimentos como causa única y homogénea de la gordura lo que, a su vez, se vinculó con valores anticapitalistas como la irresponsabilidad, la pereza y/o la falta de control (Allende, 2020).

Por ello, no es extraño que la preocupación excesiva por el dominio de las corporalidades disidentes y/o diversas tuviera su repunte en los años 70, justo cuando se empezaron a implementar las políticas del neoliberalismo. Recordemos que esta doctrina aparece como una respuesta a la crisis estructural del capital que no es meramente económica, sino que se desarrolla también en lo social, configurando subjetividades. Por ello, promueve valores asociados a la meritocracia, el individualismo y la justicia desde una desigual-

dad entendida como legítima. En ese sentido, el cuerpo también se capitaliza, se cosifica y se instrumentaliza a favor de las necesidades del modo de producción capitalista (Ignacio Allende, 2020).

En medio de la crisis capitalista -y con el caldo de cultivo creado por los intereses de la industria de seguros-, el discurso médico sobre la “obesidad” como problema de salud público, dio lugar a que, en 1998, se desplegara en Estados Unidos la llamada “Guerra contra la obesidad” (Luz Moreno 2015). Interesa subrayar que el uso de terminología bélica para referirse a una condición de ciertas corporalidades es narrativa suficiente y clara para entender que lo que sucedió realmente fue la naturalización e institucionalización de la violencia contra las personas gordas.

En un contexto en el que el cuerpo debe ajustarse a la norma, la construcción de narrativas que invitan a normalizar la percepción de que hay corporalidades abyectas o monstruosas inclusive, facilita el odio, la deshumanización y, por ende, apertura los caminos para el ejercicio de la violencia. La ridiculización, la burla y el estigma a los cuerpos gordos, además, mantiene profunda relación con el discurso médico, el biopoder y la introducción de una conducta nunca antes vista en la historia de la humanidad: la privación voluntaria de alimentos.

El discurso médico, la hambruna voluntaria y la sexualidad

Una de las principales maneras en que la gordofobia se institucionaliza es por medio de la violencia simbólica, pues se internalizan los valores y la cosmovisión del grupo social dominante². Pero, este proceso de internalización de ciertos valores, así como la estigmatización de algunas corporalidades no sucede de la noche a la mañana; por el contrario, está mediado por una serie de factores sociohistóricos que posibilita el establecimiento de marcos comprensivos y narrativos respecto a la gordura.

En palabras del historiador Nicolas Cuello (2016), la gordofobia involucra una multiplicidad de aparatos de control biopolíticos, que buscan la eliminación material de los cuerpos gordos mediante el despliegue constante y permanente de violencia psicológica y emocional. Además, la gordofobia actúa en el ordenamiento de sistemas socioculturales, que inciden en la exclusión social y la estigmatización sexual de quienes existen en cuerpos gordos.

Fundamentalmente, son el discurso médico y la ciencia de la nutrición los que han legitimado históricamente la violencia gordofóbica. De acuerdo con Albet (2021):

lo constitutivo de la medicina moderna reside en su capacidad moralizante del discurso de la salud. La medicina, como ciencia pretendidamente objetiva sobre el cuerpo se torna a su vez proyecto político, que muta desde el go-

2. Así, puede hablarse también de gordofobia internalizada, que sucede cuando las personas gordas asumen tales creencias y rechazan sus propios cuerpos en virtud de lo que es considerado como “natural” o “normal” (Navajas-Pertegás 2021).

bierno de los otros a gobierno de sí, la adecuada y responsable gestión del cuerpo (125).

En esta misma línea, la salubridad, según explica Allende (2020), se convierte en un dispositivo de control de los cuerpos en el que se busca normalizar a las corporalidades concebidas como insalubres: las gordas. Estos discursos potencian la naturalización del vínculo entre lo gordo y lo anormal, lo que, a su vez, propicia la validación de cualquier intervención que incite la transición hacia lo normal-delgado, incluso si esas intervenciones son violentas o si atentan contra la vida.

El sujeto gordo se empieza a entender tanto interna como externamente en un estado de hiper corporalidad y, por ello, se reconoce como necesitado de la intervención médica (Albet, 2021). Estas intervenciones ciertamente tienen respaldo desde la producción científica de saberes como la dietética y la nutrición.

Una vez más, esto sucede en el contexto del capitalismo y de los cambios acaecidos a partir de su establecimiento como modo de producción dominante. Paula Vilhena (2012) explica que, con la entrada del capitalismo, empieza a darse en la vida privada una normalización y racionalización de las prácticas sexuales y alimentarias. Así, en los siglos XVII y XVIII, la concentración de la población en zonas urbanas a causa del desarrollo capitalista propició la aparición de poderes y saberes más represivos respecto a la alimentación.

De esta manera, Vilhena (2012) señala que se cruzan dos discursos importantes: el higienista y el discurso de la clase burguesa sobre la limpieza. Pero, es particularmente el primero de ellos el que permite la aparición de la dietética como disciplina y, junto a este nuevo saber, se empiezan a concatenar cambios en la sociedad y en el sistema alimentario, que generan nuevas relaciones entre el cuerpo y la comida.

Este proceso de medicalización del cuerpo y de la alimentación se intensificó durante la década de 1950 del siglo XX; ello generó mayores procesos de subjetivación/objetivación/institucionalización de la dietética que, más tarde, se convertiría en la ciencia de la Nutrición (Vilhena 2012).

Con el discurso médico y la aparición de saberes que regulan y controlan la ingesta de calorías por parte de los sujetos, empieza a surgir la cultura de dietas que hoy es tan ampliamente aceptada. Al respecto, Albet (2021) indica que las dietas constituyen un importante dispositivo de control por cuanto:

crea una subjetividad permeable a constantes directrices externas. No importa que las distintas pautas dietéticas se contradigan entre sí, sino que el individuo se ejercite en la regulación externa: el hambre, el cansancio o la sed, señales fisiológicas internas, han de ser suplantadas

por un saber externo técnico que dicta todos los movimientos del cuerpo (131).

Las biopedagogías -entendidas como prácticas regularizadoras y normalizadoras- se encargan de mantener a los individuos en una constante autovigilancia: cuánto comer, cómo comer, cómo vivir, cuándo y de qué forma moverse (Energici y Acosta 2020).

El discurso biopolítico constituye la base de la vinculación entre la gordura y la moral. También, es también el pilar del discurso epidémico con respecto a la “obesidad”. Al respecto, Sánchez (2020) agrega que, en la actualidad, esto puede conocerse también como las “epidemias posmodernas”; es decir, se trata de discursos en los que se presentan situaciones -sean físicas o sociales- no contagiosas y no patológicas como epidemias, lo que, inevitablemente, desencadena en el pánico moral. Explica que

para que los gordos y gordas puedan servir eficazmente como objetos de pánico moral, es preciso que se les presente no como víctimas inocentes de la biología, el ambiente o la pobreza, sino como responsables culposos de su propia condición. De ahí el énfasis en el tema de las decisiones y las conductas personales en la génesis de la obesidad [...] (179).

Con respecto de lo anterior, se coloca en los sujetos gordos toda la responsabilidad del fallo de la “guerra contra la obesidad”, las dietas y las intervenciones quirúrgicas (como las cirugías bariátricas); se les acusa de su propia “enfermedad” con base en juicios morales, mientras que se exculpa al sistema sanitario y al discurso médico. El “fracaso” individual está claramente alineado con los valores neoliberales que se mencionaron líneas atrás; los sentimientos que se generan a raíz de estos procesos se quedan en la esfera privada: la autoculpabilización, el reproche, el odio al cuerpo, la sensación de pérdida de control y allí, en ese espacio, parecen perder su dimensión política.

En ese sentido, el discurso médico incide políticamente en la construcción de proyectos morales y construye las imágenes sociales sobre lo que es un cuerpo sano: cómo debe verse, cómo debe moverse y cómo debe comportarse (Araya 2022). Todo ello ha generado un modelo de belleza asociado a lo delgado que, a partir de la década de 1930, se alimentó de la estética corporal del “sex appeal” (Vilhena 2012).

El discurso estético, a su vez, se fortaleció con la creciente influencia de los medios de comunicación, sobre todo después de la Segunda Guerra Mundial, porque se empezaron a difundir masivamente representaciones y simbo-

lizaciones de un tipo de belleza particular asociado a la delgadez. Estas representaciones tienen una doble cara: no solo exponen y crean un ideal de belleza único, sino también simbólicamente construyen la idea de que las personas gordas son una minoría al excluirlas de toda representación (Olea 2017).

El ideal de belleza y la presión por alcanzar los cánones sociales respecto a la delgadez aumentan cuando se trata de cuerpos femeninos. De hecho, Sánchez (2020) considera que la opresión de las mujeres es uno de los pilares que respalda la idea de la gordura como un problema de salud público y una epidemia a contrarrestar.

Este mismo autor señala que la experiencia de vivir en un cuerpo gordo en sociedades gordofóbicas no es igual para hombres que para mujeres, de manera que la mayor parte de las violencias y las opresiones de la gordofobia recaen sobre las mujeres. Al referirse al escrito *Fat is a feminist issue* de Susie Orbach, Sánchez (2020) apunta que

la exigencia social a las mujeres para mantener pesos inferiores al ‘peso ideal’ es parte de un conjunto de normas culturales asimétricas, que, a partir de la cosificación de los cuerpos femeninos, les impone ideales inalcanzables de presunta perfección estética; entre esos ideales normativos, uno de los más restrictivos ha sido el de la delgadez, llevada incluso a extremos patológicos (186).

Quirós (2021) coincide con esta idea y afirma que la construcción del “cuerpo ideal” tiene un peso distinto y particular para las mujeres en relación con los hombres. Respecto a esto, Anna Freixas (2001) expone que la construcción de identidad de las mujeres se erige sobre cánones de belleza que las exponen y vulneran constantemente. La identidad se edifica sobre la base de un imaginario que tiende a poner el punto de vista masculino como norte.

Además, la idea de belleza está siempre ligada a intereses de *los otros* que las mujeres deben suplir. Esto está ligado también al área del placer y la experiencia de la sexualidad. Como indica Olea (2017), en las sociedades patriarcales las mujeres son socializadas en la (hiper) sexualidad y el erotismo como si estas fuesen características *naturales* de la feminidad.

Resulta pertinente, entonces, cuestionarse, ¿qué pasa con el deseo, con el placer, con la experiencia de la sexualidad de las mujeres gordas?

Mujeres gordas y la sexualidad

De acuerdo con Olea (2017), las mujeres gordas tienden a ser vistas como menos capaces sexualmente, menos atractivas y con menor deseo sexual que las mujeres delgadas. La corporalidad gorda es sancionada con un ero-

tismo reducido que se basa únicamente en los prejuicios que surgen a raíz de sus corporalidades.

Laura Fernández, Magdalena Piñeyro y María Salvia (2017) -activistas gordas- señalan que la negación al deseo y a la deseabilidad para las corporalidades grandes acarrea tres consecuencias. La primera de ellas se relaciona con la vergüenza corporal de y hacia las personas gordas; es decir, esconder los propios deseos sexo-afectivos y la negativa por parte de terceros para aceptar el gusto hacia una persona gorda por la sanción social que esto podría ocasionar.

La segunda consecuencia está relacionada con el poder y la vulnerabilidad. En ese sentido, las autoras explican que las personas gordas están particularmente vulnerables a la mirada de *los otros*, incluso en una lógica de agradecimiento por quien les visibilice como sujetos sexuados. Esto genera relaciones jerárquicas y, posiblemente, de violencia (Fernández, Piñeyro y Salvia 2017).

Una tercera consecuencia está relacionada con la creación de fetiches en la que los cuerpos gordos se condenan a habitar y experimentar el deseo como objetos más que como sujetos, pues están enmarcados en una parafilia que tiende a objetivizar a las corporalidades gordas (Fernández, Piñeyro y Salvia 2017).

Fuera de las teorizaciones que las mismas activistas gordas realizan respecto a la gordura, el sexo y el placer es difícil encontrar información relacionada a la temática. Indudablemente, está relacionado con la invisibilización de los cuerpos negados en las sociedades actuales. Navajas-Pertegás (2021) cita a Nicolas Cuello (2016) y señala que las personas gordas están sometidas a un régimen de invisibilidad/extrema visibilidad. Por un lado, son personas señaladas, acusadas, objeto de escrutinio público. Por otro lado, cuando se trata de las dinámicas del deseo, la invisibilización es la constante.

Lo anterior puede estar vinculado con el esencialismo sexual. Es decir, la concepción de que el sexo se constituye en una fuerza natural que es anterior a la vida social.

Gayle Rubin (1989) critica el esencialismo sexual de las sociedades occidentales, pues, desde esta visión, la ciencia médica, la psiquiatría y la psicología han estudiado, entendido y producido conocimiento respecto al sexo como si este fuese ahistórico y sin determinantes sociales. Muy al contrario, la sexualidad está mediada por múltiples factores sociohistóricos que se relacionan con el juego de diversas fuerzas sociales como la agitación política, reformas legales, ideologías y -muy importante- la práctica médica. En este sentido, el sexo como práctica y la sexualidad son políticos también.

Rubin (1989) también manifiesta un planteamiento que resulta de interés para el tema: la jerarquización de los actos sexuales según su valor. Al respecto, describe lo siguiente:

En la cima de la pirámide erótica están solamente los heterosexuales reproductores casados. Justo debajo están los heterosexuales monógamos no casados y agrupados en parejas, seguidos de la mayor parte de los demás heterosexuales. El sexo solitario flota ambiguamente. El poderoso estigma que pesaba sobre la masturbación en el siglo XIX aún permanece en formas modificadas más débiles, tales como la idea de que la masturbación es una especie de sustituto inferior de los encuentros en pareja. Las parejas estables de lesbianas y gays están en el borde de la respetabilidad, pero los homosexuales y lesbianas promiscuos revolotean justo por encima de los grupos situados en el fondo mismo de la pirámide (17).

Con esta jerarquización, algunos actos sexuales son reconocidos como moralmente aprobables e incluso deseables, pero otros son condenados, denigrados y tachados. Todavía más importante, Rubin (1989) señala que estas jerarquías funcionan de forma similar a sistemas de opresión como el racismo, por ejemplo. En sus palabras, se conforma un sector privilegiado y otro integrado por una “chusma sexual”.

Si bien Rubin (1989) no ahonda en la relación entre estas jerarquías y las corporalidades disidentes, podríamos afirmar que en las sociedades actuales los actos sexuales con personas gordas y, más específicamente, las mujeres gordas podrían ser clasificadas dentro de los estratos bajos de la jerarquización sexual. En ese caso, es imposible no preguntarse, ¿qué pasa con el deseo y la sexualidad de las mujeres gordas, no blancas, no heterosexuales?

No puede negarse, por tanto, que la sexualidad en cuerpos gordos y la ausencia de su nombramiento es un acto político también. La omisión es producto de los lugares epistémicos desde donde se reproduce la gordofobia. De ahí, que el siguiente apartado se propone aportar en el análisis de la gordofobia desde los feminismos y los debates que estos propician en la comprensión de las violencias y de los sistemas de opresión.

Aportes para el análisis de la gordofobia desde el feminismo

En el ensayo de 1988, realizado por Donna Haraway, titulado *Conocimientos situados: La cuestión de la ciencia en el feminismo y el privilegio de la perspectiva parcial*, la autora acuñó el término “el truco de Dios” para evidenciar que hay posiciones en la producción científica que parecen venir de un contexto universal, abstracto y totalmente objetivo, como si la objetividad fuera

posible en cualquier campo del conocimiento humano. Haraway (1988) identificó que el punto de vista, los valores y el contexto de la persona que investiga tienen injerencia en la manera en la que se estudia y entiende dicho fenómeno.

Así, interesa reconocer que, históricamente, la medicina y la ciencia de la nutrición se han visto ampliamente favorecidas por “el truco de Dios”, porque se han mostrado como saberes neutrales cuyos focos de atención también parecen estar fuera del entramado de condiciones sociales, históricas y económicas. Por el contrario, la medicina y la nutrición han estado siempre vinculadas a contextos sociales y, en el caso particular de su vinculación con la gordura, han estado permanentemente mediadas por las transformaciones del mundo capitalista.

Al respecto, Vigarello (2010) ejemplifica que, desde los años 20 del siglo anterior, la preocupación por la gordura generó un cambio en las preocupaciones médicas, lo que incidió en que las patologías conocidas se reinterpretaran a la luz de dichas inquietudes. Asimismo, los estudios médicos se ampliaron con el fin de evitar el engorde de las personas.

Lejos de ser ciencias objetivas, la medicina y la nutrición se han desarrollado bajo la influencia del creciente discurso estético que, a su vez, reproduce la colonialidad de las relaciones sociales en la modernidad. Por ello, se considera que la ciencia médica ha respondido a lo que la antropóloga feminista Rita Segato (2016) identifica como el *sujeto universal* de la modernidad: hombre, blanco o *blanqueado*, letrado y propietario; para el discurso médico, las corporalidades que incumplen con esas características son consideradas como alternas o anormales. De ahí que los hombres y las mujeres pertenecientes al sur global se alejen de ese ideal del sujeto universal y que sus cuerpos sean considerados como inadecuados.

Hoy, casi 100 años después, el discurso médico sigue reproduciendo la idea de que hay cuerpos normales y anormales; el discurso se adecúa y cambia por épocas, pero, finalmente, no se transforma. El resultado ha sido una población obsesionada con autodisciplinarse, con ejercer el control sobre sí misma y que existe en un estado permanente de transición en la búsqueda por acercarse hacia aquello considerado bello y útil.

El racionalismo científico propio del desarrollo capitalista, que generalmente se ha asociado al progreso, en realidad contribuyó a que se profundizara la alienación entre los seres humanos y la naturaleza (Silvia Federici 2010). Visto desde el tema que nos convoca, esto se evidencia en la desconexión entre las necesidades humanas de deseo y placer tanto asociadas a la alimentación como a la sexualidad. Se interponen saberes externos, que niegan las señales físicas de hambre, de saciedad, de nutrición, así como las vinculadas al deseo. Todo esto forma parte del control del cuerpo como un proyecto de Estado; esto último es nodal en el análisis que aquí se propone.

Si entendemos que el Estado organiza simultáneamente el capital y las relaciones sociales -dígase entonces, las relaciones de dominación- podemos afirmar dos cuestiones fundamentales para comprender las raíces históricas

de la gordofobia como un sistema de opresión: el Estado es profundamente capitalista y el Estado es siempre patriarcal.

Respecto a la primera afirmación, la filósofa feminista Silvia Federicci (2010) señala que el disciplinamiento del cuerpo fue una condición fundamental para el surgimiento del capitalismo, junto con el control de la sexualidad, en especial la femenina. Desde entonces, el Estado ha regulado tanto los cuerpos de las mujeres como su sexualidad (135) al situar esa vigilancia en el núcleo mismo del desarrollo de las sociedades capitalistas.

En cuanto a la segunda afirmación, Segato (2016) evidencia que el Estado es siempre patriarcal, porque las relaciones de dominación requieren dominio sobre los cuerpos de las mujeres, puesto que la violencia contra las mujeres sostiene todas las demás formas de subordinación y de poder.

En este escenario, puede comprenderse que la gordofobia es parte fundamental del conjunto de violencias, controles y el disciplinamiento, que se ejercen sobre los cuerpos y existencia de las mujeres. En la fase anómica en la que se encuentra el capital en este momento, Segato (2016) explica que el proyecto de acumulación requiere que las poblaciones se entrenen en tolerar y convivir con la inhumanidad; es decir, que el mundo se entrena en generar y reproducir pedagogías de la crueldad.

La gordofobia forma parte de esas pedagogías. Sin embargo, cuando se minimiza, segrega o se desvincula la violencia gordofóbica del resto del entramado de opresiones, se pierde de vista que esta forma de violentar está inevitablemente arraigada al disciplinamiento impuesto por las fuerzas patriarcales y que es necesaria para el control, que es siempre beneficiosa para el modelo de producción capitalista.

De ahí que se insiste en que este sistema de opresión no puede ni debe entenderse fuera de las condiciones históricas y sociales en que se construyen las relaciones de producción y de dominación, así como de la historicidad y el papel de las mujeres. Esta violencia puede -y lo ha hecho- convertirse también en una violencia letal cuando los discursos médicos, estéticos y sanitarios imponen sus criterios sobre la vida de las mujeres que se consideran inadecuadas en los estándares heteronormativos y patriarcales.

Un ejemplo de ello lo representa que, a enero de 2026, ya dos mujeres habían fallecido en Costa Rica por causa de cirugías estéticas vinculadas con el logro de ideales de belleza (Córdoba 2026). El control de los cuerpos de las mujeres implica su borrado tanto en lo simbólico como en la literalidad.

En un contexto marcado por el odio, la tolerancia a las diversas formas de violencia contra las mujeres y la visibilización/invisibilización que menciona Cuello (2016) respecto a los cuerpos gordos, debe apostarse por traer al espacio público lo que se ha considerado como privado. Por tanto, si vamos a hablar del cuerpo de las mujeres, lo haremos histórica y políticamente. Y si vamos a nombrar las violencias, también, nombraremos las resistencias.

Resistencias: la insubordinación femenina

Politizar mi malestar con la gordura, es decir, levantarme de los fangos del sometimiento y pasar de ser víctima a sujeto (Morales, 2018) no aconteció de la noche a la mañana, tampoco fue sencillo; pues, al estar constituidas por los discursos que sustentan los dispositivos contemporáneos corporales, des-sujetarnos de estos produce fricciones (Murray, 2008/2016). En otras palabras, encarnamos los discursos y conocimientos corporales que nos oprimen (Navajas-Pertegás 2021, 15).

Los estudios feministas han sido, en gran parte, los que han traído el estudio del cuerpo y las corporalidades a las ciencias sociales; sin embargo, no todos los feminismos han especificado de cuáles cuerpos se está hablando. Así, surge la necesidad de repensar los postulados feministas a la luz de la intersección con otras opresiones con las que pueden encontrarse las mujeres.

Sara Bracha (2016) trae a la memoria histórica algunos movimientos gestados a finales de la década de 1960 e inicios de 1970 que hicieron eco de esa necesidad de contar con propuestas, que entendieran las intersecciones de las opresiones en las corporalidades gordas³. La autora reseña que, en 1969, se organizó el movimiento *Orgullo gordo* que nació a la par de la Asociación Nacional para Promover la Aceptación de los Gordos en Estados Unidos.

Posteriormente, en 1970 se creó el movimiento de Terapia Radical, que hacía crítica a las personas profesionales en medicina que seguían un enfoque tradicional. Una de sus ideas centrales consiste en que los tratamientos médicos para la pérdida de peso eran una “forma de opresión mistificada”. Se entiende este último término como una forma de ocultamiento, es decir, algo que se invisibiliza y naturaliza.

3. Nicolas Cuello (2016) reconoce que los primeros activismos gordos se dieron en países reconocidos como “centrales”, cuyas condiciones son diferentes a las de los países latinoamericanos.

El movimiento más grande en ese país inició también, en 1970, en Los Ángeles con el nombre de *Fat Underground*, que fue creado precisamente por Sara Bracha y Judy Freespirit. Sostuvo, entre sus postulados, dos premisas fundamentales: 1) que los doctores son el enemigo y la dieta genocidio y 2) que la cultura norteamericana temía a las mujeres gordas; sobre todo, tenía miedo de su sensualidad y de su sexualidad (Bracha 2016, 131).

Aparejado a estos movimientos sociales, surgió también lo que se ha conocido como los Fat Studies -o estudios de la gordura en el habla hispana- que consideran la “obesidad” como la medicalización y/o la cientifización de los cuerpos grandes. Esta tesis es central, puesto que reivindican la gordura como una forma digna de existencia y no una enfermedad. De acuerdo con Energici y Acosta (2020) estos estudios:

Utilizan el término gordo o gorda como una práctica de resistencia: en general las expresiones sobrepeso u obesidad son consideradas como neutras, no obstante, dicha neutralidad es sólo aparente, la gordura operaría como un significante flotante que se adjunta a individuos, basado en relaciones de poder y no en medidas físicas

(Wann, 2009). De esta manera, buscan reivindicar la gordura como otra forma posible de cuerpo que no debe ser señalada como patológica, no deseable y poco saludable (10).

La activista gorda Laura Contrera (2016) explica que, desde la teoría y la práctica, el activismo gordo parte de que el peso y la talla de las personas no indican de forma automática su estado de salud y que comer es un acto político también, sobre todo en sociedades capitalistas neoliberales. Asimismo, sostiene que la diversidad puede ser una posición política al criticar las nociones de salud, belleza y normalidad corporal.

El activismo gordo, de acuerdo con Cuello (2016), critica la patologización que el discurso médico emite de los cuerpos gordos y reconoce que la preocupación por la salud de los programas y políticas para la pérdida de peso es una garantía productiva y reproductiva del capital. El activismo gordo también reivindica que

La gordura, como el género y otros dispositivos, no son naturales. Nuestros cuerpos son cuerpos fabricados como estigmatizables, indudablemente. Como el cuerpo puta, lesbiano, negro, pobre, migrante, trans, intersexual o tullido (Contrera 2016, p. 35).

Así, el trabajo desarrollado por los activismos gordos incluye, según Cuello (2016)

1. La intervención crítica a las mecánicas de opresión gordofóbicas.
2. La producción de contra narrativas desde las personas gordas sobre sus propias experiencias.
3. La interrupción de discursos e imágenes que fomentan opresiones gordofóbicas.
4. La creación de redes de comunicación y saberes técnicos contra hegemónicos.
5. La intervención en situaciones de injusticia social, económica y sexual.
6. El afrontamiento de las opresiones de forma colectiva, pero al atender a las condiciones de clase, raza género, funcionalidades corporales y las relaciones sexoafectivas elegidas.
7. La agitación pública que desarticulen el silencio y la invisibilización propia de las prácticas gordofóbicas.

Contrera (2016) también describe que el activismo gordo parte de entender que el tema de la corporalidad debe trabajarse desde lo colectivo y no solo desde el plano de lo individual. Por ello, resulta trascendental reconocer el trabajo de las activistas gordas.

Actualmente, el activismo gordo es promovido por medio de diferentes instancias al ser una de ellas la plataforma de *Instagram*, donde cada vez más mujeres gordas se han sumado a los esfuerzos de lucha. En el caso de las activistas gordas, que proceden de países latinoamericanos, se considera que su trabajo es fundamental por cuanto evidencia que en esta región el mestizaje ha creado y sigue reproduciendo una compleja diversidad corporal que, por supuesto, se aleja de los estereotipos europeos de belleza (Quirós, 2021). Esto resulta de suma importancia, sobre todo porque la plataforma de *Instagram*, como red social, tiende a promover ideales de belleza hegemónica y de perfección corporal.

A modo de cierre

Si sos gorda y te comés una hamburguesa te critican. Pero si sos gorda y pedís una ensalada se burlan. Si sos gorda te mandan a hacer ejercicio. Pero, si ve una gorda en un gimnasio, se burlan. Si sos gorda es porque no te querés. Pero, si sos gorda y te amás, promoves la obesidad. @ssoledad1983_

Para finalizar con este escrito, se recuperan algunas de las principales discusiones respecto a los sistemas de opresión y la gordofobia, así como de las resistencias mismas en vinculación con los feminismos y los análisis que desde este espacio político pueden realizarse. En este caso, interesa subrayar categóricamente que la gordofobia es violencia. Esto será necesario repetirlo incasablemente hasta que no se borre la naturalización con que se violenta a las personas gordas en función de su peso.

Lo siguiente que debe destacarse se trata de las formas en que se expresa esa violencia son múltiples y simultáneas y no serán iguales para todas las personas con cuerpos grandes. Esto depende de otros determinantes y condiciones sociales y es imperativo tenerlas en cuenta pues, como señala Cuello (2016), las opresiones en contra de los cuerpos gordos que no hacen parte de la blanquitud tienen otro tipo de connotaciones.

En relación con lo anterior, resulta también necesario recalcar que las violencias en contra de las mujeres gordas pasan por el terreno del sexo-género y que están profundamente vinculadas al establecimiento del capitalismo como modo de producción hegemónico y al Estado Moderno, que es patriarcal. Están, también, vinculadas a las jerarquías impuestas respecto a la raza y al ideal de blanquitud impuesto desde visiones eurocéntricas.

La historia de las mujeres en la modernidad llama a que el análisis de la gordofobia sea situado y que escuche sus voces. En este sentido, la vivencia de la sexualidad de las mujeres gordas debe ser también un tema que se nombre como tal. No podemos partir de concepciones esencialistas de la sexualidad, sino que, tal como indica Jeffry Weeks (1993), debemos entender que

la sexualidad sólo puede adquirir significado cuando se piensa desde los procesos y las formas culturales.

De esta manera, no puede pensarse la experiencia de la sexualidad de las mujeres gordas desde posturas ahistóricas ni fuera del colectivo social y de las producciones que desde este marco se realizan. Por el contrario, debe entenderse el entramado de relaciones de poder en las que existimos como sujetos sexuados.

Finalmente, resulta fundamental rescatar los aportes que han hecho las, los y les activistxs gordxs, pues es a partir de sus intervenciones en la realidad y de sus aportes en el campo académico, que puede problematizarse la gordofobia como un sistema de opresión. Por tanto, nos corresponde a todas las personas tomar partido y elegir si seguir reproduciendo o no estas violencias. Porque elegir el silencio, es elegir la opresión.

Bibliografía

- Albet Castillejo, Laura. 2021. «Repensar el cuerpo gordo desde la filosofía de Michel Foucault: biopolítica, disciplina y género». En: *Investigación joven y perspectiva de género VI*. Editora y coordinadora: Marian Blanco Ruiz y Clara Sainz de Baranda. Instituto Universitario de Estudios de Género. Universidad Carlos III de Madrid. https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/33822/IJCPG_2021.pdf
- Allende Allende, Ignacio. 2020. «Gordofobia, una lectura desde (y para) el Trabajo Social». *Revista perspectivas*. 35: 109-133. DOI: 10.29344/07171714.35.2393 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8229535>
- Araya Carvajal, María. (2022). *El cuerpo y la salud de las mujeres en el discurso médico latinoamericano. El caso de Costa Rica (1896-1918)*. Tesis sometida a la consideración de la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado de Historia para optar al grado y título de Maestría Académica en Estudios Contemporáneos de América Latina. Universidad de Costa Rica. <https://www.kerwa.ucr.ac.cr/server/api/core/bitstreams/96eac575-5986-4a1c-8cac-3a2535c46e2c/content>
- Bracha, Sara. 2016. «La vida en el fat underground». En: *Cuerpos sin patrones. Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Compilado por: Laura Contrera y Nicolas Cuello, 131-142. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Madre Selva. <https://www.bibliotecafragmentada.org/wp-content/uploads/2017/05/Cuerpos-sin-patrones.pdf>
- Contrera, Laura. 2016. «Cuerpos sin patrones, carne indisciplinada. Apuntes para una revuelta gorda contra la policía de la normalidad corporal».

En: *Cuerpos sin patrones. Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Compilado por: Laura Contrera y Nicolas Cuello, 23-36. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Madre Selva. <https://www.bibliotecafragmentada.org/wp-content/uploads/2017/05/Cuerpos-sin-patrones.pdf>

Córdoba, Daniel. 5 de febrero de 2026. Estas son las dos mujeres fallecidas por las cuales el OIJ allanó la clínica estética Ola. *CRHoy*. <https://crhoy.com/nacionales/estas-son-las-dos-mujeres-fallecidas-por-las-cuales-el-oij-allano-la-clinica-estetica-ola/>

Cuello, Nicolás. 2016. «¿Podemos lxs gordxs hablar?: activismo, imaginación y resistencia desde las geografías desmesuradas de la carne». En: *Cuerpos sin patrones. Resistencias desde las geografías desmesuradas de la carne*. Compilado por: Laura Contrera y Nicolas Cuello, 37-54. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Madre Selva. <https://www.bibliotecafragmentada.org/wp-content/uploads/2017/05/Cuerpos-sin-patrones.pdf>

Energici Sprovera, María y Acosta González, Elaine. 2020. «El estudio de la obesidad y la gordura desde la sociología y la psicología social». *Athenea Digital* (20)2: 1-19. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2300> <https://atheneadigital.net/article/download/v20-2-energici-acosta/2300-pdf-es/11726>

Federici, Silvia. (2010). *Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria*. Traficantes de sueños. <https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Caliban%20y%20la%20bruja-TdS.pdf>

Fernández, Laura; Piñeyro, Magdalena y Salvia, María. (2017). «Armarios rotos, placeres desbordados: corporalidades gordas y sexualidad». *Sexualidades*. <https://www.scribd.com/document/666595547/BIO-Magdalena-Pineyro>

Freixas, Anna (2001). Entre El Mandato y El Deseo La Adquisición de La Identidad Sexual y de Género. La Educación de Las Mujeres: Nuevas Perspectivas, 23–31. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=793688>

Giddens, Anthony. 2000. *La transformación de la intimidad: sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid: Cátedra

Haraway, Donna (1988) *Conocimientos situados: La cuestión de la ciencia en el feminismo y el privilegio de la perspectiva parcial*. https://reader.digitalbooks.pro/book/preview/143914/id_Conocimientos_situados_la_cuestion_cientifica_en_el_feminismo_y_el_privilegio_de_la_perspectiva_par_0005_0000

Luna Montalbetti, Cynthia. 2022. *Cuerpas gordas de Abya Yala. Colonialidad, Racismo y Gordofobia*. Instituto Latino-Americano de Arte, Cultura e Historia.

<https://dspace.unila.edu.br/items/5a04df8a-24b2-4845-a437-0efcaa1cb1e1>

Ministerio de las Mujeres, políticas de género y diversidad sexual. (2022a). Cuadernillo de sensibilización sobre temáticas de diversidad corporal gorda.

https://ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar/gestor/uploads/CUADERNILL_O%20%20C2%B0%20p%C3%BAblico%20general.pdf

Ministerio de las Mujeres, políticas de género y diversidad sexual. 2022b. Diversidad corporal y gordofobia.

<https://ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar/gestor/uploads/DIVERSIDAD%20CORPORAL%20Y%20GORDOFOBIA%20.pdf>

Moreno, Luz. 2015. «Una historia de gordxs Breve análisis sobre los dispositivos de normalización de los cuerpos». *Jornadas "Discurso y poder: Foucault, las ciencias sociales y lo jurídico"*. Universidad de Lanús, Buenos Aires, 2015.

<https://www.aacademica.org/maria.luz.moreno/13>

Navajas-Pertegás, Nina. 2021. «"Deberías adelgazar, te lo digo porque te quiero": reflexiones autoetnográficas sobre la gordura» *Athenea Digital* (21)1: 1-21. DOI: <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2434>

<https://atheneadigital.net/article/view/v21-1-navajas/2434-pdf-es>

Olea, Bastián. 2017. «La estigmatización de la gordura femenina. Reproducción simbólico-cultural del estatus social de la delgadez». En: *(Des)Orden de género. Políticas y mercados del cuerpo en Chile*. 299–329. CRANN Editores.

https://www.researchgate.net/publication/311872887_La_estigmatizaci_n_de_la_gordura_femenina_Reproduccion_simbolico-cultural_del_estatus_social_de_la_delgadez

Quirós Sánchez, Gabriela. 2021. «Gordofobia: existencia de un cuerpo negado. Análisis de las implicaciones subjetivas del cuerpo gordo en la sociedad moderna». *Revista Latinoamericana de Derechos Humanos* (32)1: 1-7. Universidad Nacional, Costa Rica. DOI: <https://doi.org/10.15359/rldh.32-1.7>

<https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/derechoshumanos/article/view/15194>

Rubin, Gayle. 1989. «Reflexionando sobre el sexo: notas para una teoría radical de la sexualidad». En: *Placer y peligro: explorando la sexualidad femenina*. Madrid: Editorial Revolución.

Sánchez Graillet, Luis Avelino. 2020. «Obesidad: ¿epidemia global o responsabilidad individual?» *Interdisciplina* (10)26: 177-206.

DOI: <https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2022.26.80974>
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/inter/article/view/80974>

Segato, Rita. (2016). «Patriarcado: del borde al centro. Disciplinamiento, territorialidad y crueldad en la fase apocalíptica del capital». En: *La*

guerra contra las mujeres. Traficantes de sueños.
https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/map45_segato_web.pdf

Vigarelo, Georges. (2010) *Historia de la obesidad. Metamorfosis de la gordura*. Ediciones Nueva Visión, Buenos Aires.
https://mail.google.com/mail/u/0?ui=2&ik=44940055a3&attid=0.1&permmsgid=msg-a:r6079722206424479280&th=19a32767172fbefd&view=att&disp=inline&realattid=f_mhco7kof0&zw&acrobatPromotionSource=gmail_chrome-card

Vilhena, Paula 2012. «Alimentación y dietética en los procesos de subjetivación». *Alimentación, salud y cultura: encuentros interdisciplinarios*. 103-119.
<https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/24765/1/Alimentacion%20y%20Dietetica%20en%20los%20procesos%20de%20subjetivacion%20C3%B3n.pdf>

Weeks, Jeffrey. 1993. *El malestar de la sexualidad*. Madrid: Talasa Ediciones.