



#### 4 DE MARZO: DÍA MUNDIAL CONTRA LA GORDOFOBIA

Secretaría de Igualdad de Género y Diversidades

Suteba Baradero

Sec. Belén Tejera

**Deseamos que este material “sea acogido como un gesto de cuidado, una pequeña intervención discursiva para plantar como posición la decisión política de que niñxs y adolescentes tienen derecho a existir y permanecer gordxs con el abrazo de políticas educativas que garanticen su protección” (1)**

**Laura Contrera,  
Iris Luz Ortellao,  
José Núñez y  
Ana Florencia Cararo Funes**

## INTRODUCCIÓN

El 4 de marzo fue reconocido como el “Día Mundial contra la Obesidad”; pero en el año 2022, personas gordas, activistas y aliadas de diferentes países se unieron para reivindicar y convertir esta fecha en el **“Día Mundial contra la Gordofobia”**. Entendiendo que el primer paso para eliminar la discriminación a la diversidad corporal es la visibilización de esta problemática. El 4 de marzo ahora tiene un nuevo objetivo: “resignificar el día que ha patologizado nuestros cuerpos, nuestras apariencias y nuestras tallas en uno de lucha y reivindicación de nuestra autonomía y liberación corporal individual y colectiva”.

La palabra “obesidad” es usada por la medicina para patologizar la existencia gorda a través del IMC (Índice de Masa Corporal) (2), un indicador con bagaje clasista, racista, androcentrista y cissexista

Que exista el día contra la obesidad es el claro ejemplo de cómo la sociedad y el sistema pretende criminalizar y borrar a las personas gordas.

“El discurso médico normalizado legitima la gordura corporal como enfermedad de carácter epidémica (al parecer las personas delgadas no las sufren) y enfoca su atención en la obesidad como un problema de salud pública en el que intervenir. Esto puede generar en las personas trastornos del estado del ánimo y ansiedad generalizada, que se potencian a partir de un sistema que discrimina, victimiza y rechaza de pleno los cuerpos considerados gordos” (3).

Por esto, se ha redactado un manifiesto compartido donde se declara que la gordofobia es un sistema de opresión que pone a las personas gordas en una situación de inferioridad y exclusión, y que se reproduce de manera estructural y sistemática. Reivindicando que las personas gordas no le deben salud a nadie; que la obesidad no es una enfermedad; que la gordura es parte de la diversidad humana, no un fallo moral, un problema de salud, ni una decisión personal; que la Organización Mundial de la Salud (OMS) no considera la obesidad una enfermedad, sino un posible factor de riesgo para algunas enfermedades; entre otros.

### ¿Gordofobia o Gordo-odio?

En palabras de Lux Moreno (2022), “la gordofobia es la forma en la que el estigma social designa a las personas gordas como menos valiosas que las personas delgadas. Y el gordo-odio es, efectivamente, tener una acción contra una persona gorda; desde un señalamiento corporal, un comentario malicioso, un insulto, hasta una agresión física”.

La gordofobia es un sistema de creencias que jerarquiza y oprime a las corporalidades gordas de manera estructural. Discrimina, violenta, excluye y niega derechos humanos únicamente por habitar cuerpos de mayor tamaño.

La encontramos en toda la sociedad, funcionando de manera automática y libre de cuestionamientos, ya que se piensa que atacar a las personas gordas o exigirles que tengan otra forma corporal es lo “normal”.



Desde los activismos gordes comenzó la búsqueda de otro concepto que refiera a la actitud discriminatoria sin relacionarla con una patología: el gordo-odio.

El gordo-odio entonces, se entiende no como una fobia ni un trastorno, sino como una decisión. Para Erika Bülle (2022), “este concepto destaca de mejor manera el rechazo, la discriminación y las prácticas de odio hacia los cuerpos gordos.

A su vez, afirma que la palabra fobia sumada a la gordura libera y justifica a la sociedad de la responsabilidad de los actos discriminatorios y la vulneración de derechos. No es miedo lo que sienten, sino un rechazo intencionado y con plena consciencia de dañar” (4)

Por su parte, Laura Contrera (citada en Feminacida, 2021) explica que ambos conceptos son importantes puesto que más que una fobia u odio, refieren a una estructura desigual y jerárquica que impone a la delgadez sobre la gordura, asegurando la opresión de las personas que habitan cuerpos no normativos.

## Diversidad Corporal

La Diversidad Corporal refiere a variaciones que se expresan en la corporalidad, incluyendo tamaños, colores, razas, orientaciones sexuales o identificaciones de género. Sin embargo, los cuerpos que se salen de la norma son los señalados como incorrectos dentro de una sociedad llena de mandatos y prejuicios sobre aquello que es considerado saludable, normal, bello, deseable y hasta productivo.

Por esto, es importante comprender que la gordofobia y/o el gordo-odio es un problema social y no individual.

## ESI y Diversidad Corporal.

Los Lineamientos Curriculares para la implementación de la Educación Sexual Integral, definen que “la ESI es un espacio sistemático de enseñanza - aprendizaje que promueve saberes y habilidades para la toma de decisiones responsables y críticas, en relación al cuidado del propio cuerpo, las relaciones interpersonales, la información y la sexualidad”.

Desde el año 2006 rige en nuestro país la Ley N° 26150 de ESI, cuyo objetivo principal es garantizar el derecho de niñas y adolescentes de instituciones educativas, ya sean de gestión estatal o privada, de todo el país a recibir una Educación Sexual Integral. Bajo 5 ejes temáticos: Cuidar el cuerpo y la salud, Valorar la afectividad, Reconocer la perspectiva de género, Respetar la diversidad y Cuidar el cuerpo y la salud.

La ESI es un gran punto de partida para que niñas y adolescentes puedan pensar nuevas formas de habitar sus cuerpos y problematizar los modelos hegemónicos de belleza, los mensajes de los medios de comunicación y los discursos biomédicos sobre las dietas (Crotta, 2021).

En nuestro país existen leyes que promueven la diversidad corporal y nos protegen del gordo-odio:

- **Ley N° 26150 Educación Sexual Integral:** La Ley de ESI, sancionada en 2006, enseña en las escuelas de todo el país aspectos relacionados al cuidado del cuerpo desde la perspectiva de la diversidad corporal. Además, pone en evidencia lo perjudiciales que son los estereotipos culturales de belleza, para todxs, pero especialmente para los cuerpos femeninos. Es decir, cómo estos estereotipos actúan como mandatos que pueden ocasionar todo tipo de trastornos alimentarios, especialmente entre las personas más jóvenes.

- **Ley N° 26396 de Prevención de Trastornos Alimentarios:** En el año 2008 fue sancionada la Ley de Prevención de los Trastorno Alimentarios, que incorporó la necesidad de pensar los abordajes integrales, sociales y de salud física y mental, entre otros. En este punto, la Ley de Prevención de Trastornos Alimentarios implicó una conquista para poder acceder a la atención de la salud y de padecimientos tales como la bulimia, anorexia y otros trastornos de la conducta alimentaria, pero también ha magnificado los efectos discriminatorios sobre la población, al incluir como un problema de ingesta inadecuada a la obesidad y el sobrepeso. Esta Ley, además, ha implicado la introducción al canon de prestaciones de la salud pública y privada, las llamadas “operaciones metabólicas” que se han popularizado como práctica para el descenso de peso. Sin embargo, desde la mirada preventiva que se ha pretendido llevar adelante, se han dejado de lado las complejidades de la vida social que han intensificado la discriminación sobre aquellos cuerpos que no son visiblemente delgados. Estas políticas preventivas nos llevan a reforzar los esfuerzos por desanudar prejuicios, que se han cimentado en la agenda pública en relación a las corporalidades; ya que se ha hecho un fuerte hincapié en asociar, de manera automática, las corporalidades gordas con cuerpos enfermos.
- **Ley N° 27521 de talles:** En 2021, por medio del decreto 375/2021, se reglamentó la Ley de Talles. Esta ley implica la adopción obligatoria -tanto para fabricantes como para vendedoras y vendedores de indumentaria-, en todo el territorio nacional, de la tabla de talles derivada del SUNITI (Sistema Único Normalizado de Identificación de Talles de Indumentaria). Este sistema de designación de talles, está elaborado en base al estudio antropométrico realizado y utilizado por fabricantes y comercializadores, para indicar de manera inequívoca, detallada y precisa, cuales son las medidas de los cuerpos de la población argentina. Además, según esta ley todas las personas tienen derecho al trato digno. Los establecimientos de venta de indumentaria de moda y textiles deben garantizar condiciones de atención, y trato digno y equitativo a las y los consumidores. Se considera un acto discriminatorio cualquier práctica abusiva, vejatoria o estigmatizante referida al aspecto físico, género, orientación sexual, identidad de género u otra característica de las y los consumidores (5)

Comprender que lxs niñxs y adolescentes están en pleno desarrollo, que su cuerpo va a modificarse constantemente. Tenemos que fomentar la diversidad corporal insistiendo en que todos los cuerpos están bien, que ninguno es mejor o peor que otro por ser de diferente tamaño; y, además, explicarles que no hay que opinar sobre el cuerpo de lxs demás.

Dentro de los discursos gordo-odiantes que debemos eliminar, está el uso de la palabra “gordo, gorda o gordx” como insulto y quitarle toda connotación negativa. Tenemos que lograr usarla por lo que es, un adjetivo calificativo más. Srta. Bimbo dijo una vez que habría que comenzar a decir “que gordo día”, “gordo cumpleaños” para darle otra significación a esta palabra. Un gran error de lxs docentes frente una situación de conflicto en la cual unx estudiante le dice “gordx” a otrx, es automáticamente retarlx y decirle “pedile perdón, eso no se dice”; anulando la posibilidad de nombrar esa palabra y dando a entender que está mal. Para poder erradicar el hostigamiento hacia los cuerpos gordos, “tenemos que redefinir el concepto de gordura, para que las personas gordas puedan autodefinirse, a concebirse por sí mismas y no por otrxs” (Moreno, 2014).



En todas las instituciones educativas, debemos hablar de alimentación saludable y/o de salud desde una perspectiva no pesocentrista (7) y recordar que el peso de las personas no es sinónimo de buena o mala salud y que la alimentación saludable no es hacer dieta o no engordar. El INADI afirma que el enfoque pesocentrista es una posición reduccionista debido a que concibe al peso como indicador suficiente para clasificar los cuerpos y determinar si una persona está sana o enferma (Mancuso, 2021).

También, tenemos el deber y la obligación de reportar toda situación de acoso, hostigamiento, violencia o discriminación escolar al Equipo Directivo de modo de garantizar una intervención rápida.

Hoy en día nuestra sociedad considera como ideal de belleza la delgadez extrema, sin demasiada musculatura en las mujeres y más músculos en los hombres. Los medios de comunicación, las redes sociales y las publicidades nos bombardean con imágenes de cómo tiene que ser el cuerpo, que si tenés unos “kilitos de más” hay que hacer dieta o ir al gimnasio, el polvito mágico para quemar calorías o el famoso “cuerpo de verano”. Todo esto haciendo alusión a la delgadez como sinónimo de belleza.

También en las películas y series se replica este mensaje. Si aparece algún personaje gordx, nunca es protagonista, sino que es el amigx graciosx (personaje secundario), la villana o, en menor medida, el villano (como las películas de Disney). Los personajes gordxs, generalmente, tienen que bajar de peso para lograr su objetivo de gustar y ser gustadxs (sobre todo las mujeres); no hay historias de amor con gordxs.

Son contadas con los dedos de una mano las series o películas donde el/la/le protagonista es gordx y la trama no gira alrededor de su cuerpo; y en su mayoría, son para adultxs. Hay escasa, por no decir nula, representaciones de corporalidades gordas en audiovisuales para niñxs y adolescentes.

Por eso es que la escuela no puede ser replicadora de estos mensajes de delgadez hegemónica como única y válida representación de los cuerpos. Para esto tenemos que repensar las carteleras escolares, los materiales audiovisuales y de lectura que compartimos con nuestrxs estudiantes. No es lo mismo para ingresar a la escuela y ver en la cartelera las mismas imágenes de niñxs blancxs, rubixs y hegemónicxs, que una cartelera donde se puedan ver reflejados y representados todos los cuerpos.

Como dice Laura Contrera (2016) “necesitamos más historias desde y sobre la gordura, contadas en primera persona del singular o el plural, para poner en evidencia ciertos procedimientos naturalizados”.

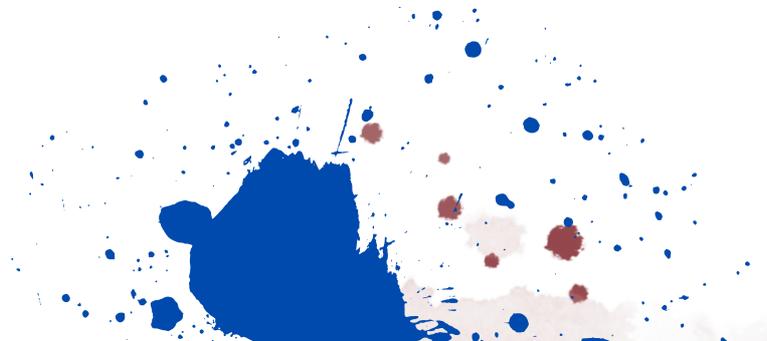
## Conclusión

“La discriminación, el estigma y la violencia que la sociedad ejerce sobre nosotrxs con la pretensión de normalizar nuestros cuerpos encuentran en las instituciones una legitimación que nos aleja del ejercicio pleno de nuestra ciudadanía. Por eso, como aprendimos de las luchas de otros grupos oprimidos, reivindicamos nuestros derechos y exigimos acceso a la educación, a la salud, al hábitat, a la vestimenta, a la alimentación y al trabajo”, expresa el documento inicial del Segundo Encuentro Plurinacional del Activismo Gordx, que tuvo lugar en Rosario el 28 de noviembre de 2022. Este encuentro también propuso “politizar” la gordura, sacarla de un lugar individual, meramente personal, para compartir experiencias y demandas al sector público desde el colectivo.



Al contrario del Body positive, movimiento en el cual el amor propio y el autoestima son la solución, el Activismo Gordx entiende y milita que nadie se salva en soledad debido a que la instancia individual es muy difícil de aceptar y superar. Desde el activismo tomamos el insulto "gordx" y lo transformamos en bandera de lucha, en identidad.

Las personas gordas merecemos no ser juzgadas ni patologizadas por el tamaño de nuestros cuerpos; merecemos el derecho a la vestimenta, a una salud integral, a desear y ser deseadoxs. Esta fecha es un puntapié para luchar por ello y transformar nuestra sociedad en una libre de gordo-odio.



## Algunos aportes (materiales)

- “Cuadernillo de sensibilización sobre temáticas de diversidad corporal gorda”. Ministerio de mujeres, políticas de género y diversidad sexual. Gobierno de las provincias de Bs. As. 2022.
- “Diversidad corporal y gordofobia”. Ministerio de mujeres, políticas de género y diversidad sexual. Gobierno de las provincias de Bs. As. 2022.
- “Educar para la diversidad. Una guía para fomentar espacios de diálogo y reflexión en las escuelas”. Equipo ABA, Fundación Bellamente y Observatorio de Familias y Juventudes H.C.D.N. 2022.
- “¿Es gordofobia? Herramientas para el reconocimiento, la prevención y erradicación de la discriminación gordofóbica?”. INADI (Instituto Nacional contra la Discriminación, la Xenofobia y el Racismo), Ciudad Autónoma de Buenos Aires, 2022. Libro digital.

## AUDIOVISUALES

- “La gordura desde un abordaje integral” - Diversidad corporal y políticas en salud” en <https://www.youtube.com/watch?v=15ZT97Y6IQ4>
- “QUÉ ES EL GORDO ODIO: ¿Somos una sociedad gordo odiante? en <https://www.youtube.com/watch?v=1f37CuNr7kA>
- “La mirada de la gordura en las niñeces y adolescencias” - Diversidad corporal y políticas en salud. en <https://www.youtube.com/watch?v=uc1jbO8-aS4>
- “Gordes - Documental sobre diversidad corporal y activismo gordo” en <https://www.youtube.com/watch?v=CHjdyOU8rRE&t=38s>
- “Laura Contrera - Escuela Feminista de Pintura en AD MINOLITI: Museo Peluche” en [https://www.youtube.com/watch?v=W7PycEv\\_VNY&t=1304s](https://www.youtube.com/watch?v=W7PycEv_VNY&t=1304s)

## REFERENCIAS

(1) “Desbordar los pupitres. Sin pedagogía gorda no hay ESI”. Contrera, Laura y complidadorxs. Ed. Madreselva, Buenos Aires. Junio, 2023. Pp10.

(2) El IMC fue inventado por Adolphe Quetelet, un matemático (no un médico) que buscaba las medidas perfectas para el hombre cis blanco europeo adulto. Quetelet escribe en 1835, Sobre el hombre y el desarrollo de las facultades humanas o Ensayo de física social. En el texto afirma que las medidas, peso y talla de los seres humanos estaban relacionadas con características intelectuales y morales (a esto le llamamos hoy día racismo científico), así pues, sus elucubraciones lo llevan a idear un “hombre promedio” que se supondría serviría como parámetro para definir los valores físicos y morales que consideraba deseables en la sociedad.

(3) MANIFIESTO COLECTIVO del Día Mundial Contra la Gordofobia. En <https://komandogordix.noblogs.org/accion-virtual-colectiva-4-de-marzo-diacontralagordofobia>

(4) “Glosario para entender la gordofobia y el gordoodio”. México, 2022.

(5) Cuadernillo “Diversidad corporal y gordofobia”. Ministerio de mujeres, políticas de género y diversidad sexual. Gobierno de las provincias de Bs. As. 2022. Pp 9.

(6) Educar para la diversidad. Una guía para fomentar espacios de diálogo y reflexión en la escuela”. Creada por Equipo ABA, Fundación Bellamente y Observatorio de Familias y Juventudes H.C.D.N. Buenos Aires, 2022.

(7) La nutrición no pesocentrista, promueve la salud física pero también la salud mental y social, poniendo el foco en el peso real y no en el ideal, y contemplando los recursos posibles de las personas, su contexto, y las características que condicionan la forma de relacionarse con los alimentos.



**Suteba**

Buenos Aires  
**CTA**  
de los trabajadores