

*Sociológica*, año 27, número 75, enero-abril de 2012, pp. 125-155

Fecha de recepción: 01/02/2011. Fecha de aceptación: 09/12/2011

## **La experiencia subjetiva del cuerpo con sobrepeso. Un análisis desde el interaccionismo simbólico**

The Subjective Experience of the Overweight Body.

An Analysis from the Point of View of Symbolic Interactionism

*Guillermo Claudio Piedras*<sup>1</sup>

### **RESUMEN**

El objetivo central del texto es comprender las consecuencias en la identidad personal y en el orden de la interacción de los significados que solemos tener, en la actualidad, de la apariencia del cuerpo con sobrepeso, en una sociedad donde se valora o se tiene como símbolo de referencia la imagen del cuerpo esbelto en las mujeres y atlético en los varones. Este ejercicio empírico de corte cualitativo se apoyó en los supuestos teóricos y metodológicos del interaccionismo simbólico y se inspiró en los valiosos aportes y detalles minuciosos que Erving Goffman cristalizó en su famosa obra *Estigma, la identidad deteriorada*, de 1963.

**PALABRAS CLAVE:** cuerpo con sobrepeso, estigma, experiencia subjetiva, control expresivo, identidad social virtual, identidad social real.

### **ABSTRACT**

This text's central objective is to understand the consequences for personal identity and in the area of the interaction of meanings we usually hold today regarding the appearance of the overweight body in a society that values or has as the symbol of reference the image of the slender body in women and the athletic body in men. This empirical, qualitative exercise is based on the theoretical and methodological suppositions of symbolic interactionism and was inspired in the valuable contributions and precise details that Erving Goffman brought to his famous 1963 book *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*.

**KEY WORDS:** overweight body, stigma, subjective experience, expressive control, virtual social identity, real social identity.

<sup>1</sup> Licenciado y postulante al grado de maestro en Sociología por la Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Azcapotzalco, y ayudante de investigación del Área de Investigación en Pensamiento Sociológico del Departamento de Sociología de la misma universidad. Correo electrónico: gclaudiop@hotmail.com



## INTRODUCCIÓN

El presente texto tiene como objetivo primordial comprender las consecuencias que tienen en la identidad personal y en el orden de la interacción los significados que solemos otorgar en la actualidad a la apariencia del cuerpo con sobrepeso, tomando en cuenta que formamos parte de una sociedad donde se valora –o se tiene como referencia de la corporalidad– la imagen del cuerpo esbelto en las mujeres y del cuerpo atlético en los varones (Bañuelos, 1994; Ayora, 2007; Claudio, 2008). El texto presenta ampliamente los resultados obtenidos de un análisis cualitativo de la experiencia subjetiva del cuerpo con sobrepeso; y presenta también una contribución analítica con una mirada y aproximación distintas a las frecuentemente utilizadas por las ciencias biomédicas y psicológicas (por mencionar a las más destacadas sobre el tema) que *reifican* y fragmentan al cuerpo (Le Breton, 1994: 197) durante la construcción de sus objetos de estudio y análisis.

Son abundantes los estudios dedicados a comprender el fenómeno del sobrepeso corporal humano en las sociedades contemporáneas. Si emprendemos una revisión general de la literatura dedicada al estudio de este fenómeno encontraremos que la integración de dicho universo tiene dos características fundamentales: en términos cuantitativos, las ciencias biomédicas y psicológicas son las principales disciplinas que aportan el grueso de las inves-

tigaciones sobre el tema; en términos cualitativos predomina una orientación epistemológica *objetivista*<sup>2</sup> para el estudio y comprensión del fenómeno, es decir, se conceptualiza al sobrepeso y a la obesidad como un *hecho social* susceptible de ser intervenido o transformado<sup>3</sup> (Bañuelos, 1994: 119; Jerez y Rodríguez, 1994: 173; Le Breton, 1994: 198).

Como un esbozo general para ilustrar la primacía de esta orientación epistemológica resumimos en tres aspectos la forma en que la comunidad de científicos, por un lado, y los hacedores de políticas públicas y las organizaciones sociales involucradas, por el otro, han concebido al sobrepeso y a la obesidad en las sociedades contemporáneas con un énfasis particular en sus efectos estructurales:

1. Desde el ámbito económico, existe la preocupación de una reacción sistémica negativa debida al impacto que el fenómeno del sobrepeso y la obesidad tiene para la productividad del capital y la competitividad económica en las sociedades contemporáneas, como en los casos de las incapacidades por problemas de salud en los trabajadores; o los altos costos en los servicios de atención médica, etcétera (Rodríguez y González, 2009).
2. Desde el ámbito de la administración pública, las consecuencias de este fenómeno se resienten en dos frentes: a)

<sup>2</sup> El sentido en que se emplea la noción objetivista alude a un *realismo epistemológico* que asume que existe una realidad de objetos y hechos independientes del sujeto que las percibe (Hernández, 2005: 29).

<sup>3</sup> De este modo, en la propia definición de la Organización Mundial de la Salud puede identificarse la orientación epistemológica objetivista: "La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Una forma simple de *medir la obesidad* es el *índice de masa corporal* (IMC), esto es, el peso de una persona en *kilogramos* dividido por el cuadrado de la talla en *metros*. Una persona con un IMC igual o superior a 30 es *considerada obesa* y con un IMC igual o superior a 25 es considerada con sobrepeso. El sobrepeso y la obesidad son factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer" (véase, OMS, [www.who.int/topics/obesity/es/](http://www.who.int/topics/obesity/es/); las cursivas son mías). En el lenguaje de esta definición está implícito el supuesto epistemológico objetivista de hacer observables, por medio de índices, el sobrepeso y la obesidad en el cuerpo en tanto se definen como un *hecho objetivo*.

en lo interno, en el impacto fiscal que produce la implementación de programas de salud pública para el control y tratamiento del sobrepeso y la obesidad; *b*) en lo externo, en la presión ciudadana hacia el Estado porque se le considera el instrumento político responsable de ofrecer soluciones a los problemas de salud pública; o en la exigencia a la autoridad para la regulación de los productos chatarra, así como en la demanda de un nivel de compromiso social a las corporaciones del ramo de los alimentos.<sup>4</sup>

3. Desde el ámbito sociocultural (el de la distinción e integración sociales) se han generalizado prácticas de segregación y discriminación en las distintas esferas de la intimidad y de la vida cotidiana de las personas a partir de la apariencia física: el cuerpo con sobrepeso y su incongruencia con los símbolos del prestigio social como la moda, el arte, la publicidad, etcétera; el cuerpo con sobrepeso y su incongruencia con valores como el éxito, la autonomía, la felicidad y el placer individuales (Guzmán y Lugli, 2009).

Esta concepción general que se tiene del sobrepeso y la obesidad se ha reforzado principalmente por los influyentes *análisis macroestructurales*, donde los grandes procesos y estructuras tienen mayor relevancia analítica para el combate eficaz contra el sobrepeso y la obesidad poblacionales. En este sentido resulta comprensible la abundancia de estudios concentrados en la búsqueda de correlaciones entre variables, con una atención especial en determinar cuáles son las *variables independientes* que propician los estados de sobrepeso y de obesidad. Por ejemplo, se ha correlacionado el *nivel socioeconómico bajo* de los grupos o sectores sociales afectados; la incidencia del *grupo de adscripción societal* (la familia, la etnia, la nación) en

<sup>4</sup> Existe un debate ético sobre si el Estado debe intervenir o no en la salud del individuo, el cual conduce a cierta polarización de opiniones: por una parte están quienes consideran que es una responsabilidad del Estado destinar recursos públicos para atender los derechos sociales de los ciudadanos que padecen sobrepeso y obesidad; por otra, se asume que los individuos son los únicos responsables por el cuidado de su estado de salud (Balko, 2004).

los estilos de vida por las características de sus culturas y tradiciones;<sup>5</sup> el papel de los *aspectos biológicos y genéticos* (predisposiciones orgánicas); así como los *tipos de personalidad* (neurótica, compulsiva, depresiva, etcétera).

El presente trabajo propone una perspectiva alternativa a la epistemológica objetivista y desde ahí trasladarnos con mayor detenimiento al nivel de los microprocesos sociales, para indagar cuál es el impacto que están teniendo el sobrepeso y la obesidad en nuestra vida cotidiana.<sup>6</sup> Desde este punto de vista, podremos advertir que el estudio de las subjetividades cobra gran relevancia en la comprensión de los mecanismos significativos e interpretativos específicos que solemos tener del cuerpo con sobrepeso, así como de sus consecuencias en la *acción* de los individuos y en el *orden de la interacción*.

Este estudio tiene como marco teórico-interpretativo las teorías sociológicas clásicas contemporáneas que se ocupan específicamente de los significados, de la mente y de la comunicación en el contexto de la interacción social. En este sentido, las propuestas del *interaccionismo simbólico* y las aportaciones del trabajo sociológico de *Erving Goffman* son el marco teórico de referencia elegido para emprender el análisis de la información que se expone en este trabajo.

<sup>5</sup> Podemos encontrar estudios de corte psicológico, antropológico y sociológico con una perspectiva epistemológica realista u objetivista que enfatizan el estudio de los contextos o entornos culturales y sociales que propician estilos de vida que originan sobrepeso y obesidad (Parra Cabrera *et al.*, 1999; Cabello y Zúñiga, 2007; Núñez, 2007; Guzmán y Lugli, 2009; Bertran, 2010).

<sup>6</sup> En este caso, adoptaremos una orientación epistemológica *idealista* que enfatice que las cosas suelen ser como las entiende y comprende el sujeto, sólo bajo las siguientes aclaraciones: este trabajo no está inspirado en la pugna filosófica entre el realismo y el idealismo epistemológicos, ni en el debate macro-micro. Sencillamente se preocupa por las consecuencias teóricas a las que conducen una u otra mirada epistemológica, en la que cada una resalta determinados aspectos de un mismo hecho o fenómeno humano. Consideraremos que es fructífero para la producción del conocimiento contrastar los resultados obtenidos desde una u otra perspectiva teórica y epistemológica para lograr una mirada y valoración más holista y crítica.

## EL MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA

Comenzamos este apartado indicando puntualmente aquellas dimensiones mediante las cuales el *interaccionismo simbólico* despliega la riqueza de su heurística teórica que se consideran útiles para este trabajo (Carabaña y Lamo de Espinosa, 1978: 177):

1. Su énfasis en la dimensión subjetiva de los individuos, que se refiere a sus representaciones internas.
2. Su análisis de la dimensión intersubjetiva, que involucra los procesos de internalización de pautas y representaciones culturales.
3. Una dimensión de la objetivación, que alude al reflejo de los objetos (que incluye las actitudes de los otros) como un proceso de autointeracción interno (la consideración de sí mismo como un objeto y el acto creativo del individuo), donde el *símbolo* es el elemento mediador de dicho proceso.

De acuerdo con algunos supuestos de la sociología de Goffman,<sup>7</sup> se propone una noción diferente de *cuerpo*, tanto como categoría comunicativa, cuanto como categoría de análisis, porque la noción de cuerpo predominante en los estudios de las ciencias biomédicas y en algunos trabajos de la psicología sobre este tema definen al cuerpo como una entidad exterior o reificada (Le Breton, 1994: 197). Por consiguiente, en este trabajo se concibe al *cuerpo* como una estructura de tipo *psico-socio-cultural*,<sup>8</sup> que es conceptualmente más adecuada para dar cuenta

<sup>7</sup> Respecto de los aportes específicos de Erving Goffman (2009, 2006a, 2006b, 1979) se retomaron los siguientes conceptos teóricos: 1) los rituales de la interacción y el carácter moral y constrictivo en los encuentros cara a cara; 2) el yo sagrado como un proceso interno emergente del ámbito de la interacción; y 3) el marco o *frame* como el conjunto de creencias, valoraciones y actitudes socialmente pre-estructuradas y organizadoras de la experiencia (González de la Fe, 2003: 201-207).

<sup>8</sup> *Psicológica*, porque el cuerpo es una entidad psíquica que desencadena sentimientos y emociones capaces de producir estados de ánimo positivos o negativos; *social*, porque realiza la equivalencia o la identificación del *yo* con el *otro*,

de las consecuencias que produce en el orden de la interacción en general y en la acción social de los individuos en particular. Por lo tanto, el *cuerpo* funge como un elemento simbólico mediador en el ámbito exterior e *intersubjetivo* y como trasfondo subyacente en la *estructura del Yo*.

Desde el punto de vista *intersubjetivo* y externo, el *cuerpo* funciona como vehículo simbólico que permite un nivel básico de *comunicación* con los demás; posibilita una interacción sociocultural que no está exenta de perturbaciones, conflictos o contradicciones, precisamente en situaciones en que las identidades se cuestionan. Como consecuencia de lo anterior, constantemente experimentaremos una diversidad de emociones en el momento en que nos encontremos de cuerpo presente en determinadas situaciones sociales, porque nos enfrentamos a la mirada automática de los demás, ávidos de obtener *información* sobre nosotros, información que confirme o rechace la fachada que mostramos y que revele cuáles son nuestras intenciones. En otras palabras, estaremos cotidianamente expuestos a experimentar preocupación y angustia por la clase de *marcos de sentido o de representación* con los que nos percibirán los demás.

Desde el punto de vista *subjetivo* e interno, el cuerpo es la sede del conjunto de emociones que entran en juego y que nos pueden desorientar al momento en que desplegamos nuestro *ritual de interacción* en una determinada situación; nos veremos obligados a “inventar” o improvisar constantemente *estrategias* psicológicas o a echar mano de nuestra experiencia para recuperar nuestro equilibrio emocional, para mantenernos aptos y en condiciones de desplegar nuestra actuación de manera apropiada y sin vacilaciones de situación en situación. Se trata de lo que Goffman definió en *La presentación de la persona en la vida cotidiana* como “control expresivo”, para manejar la información que proyectamos e influir en la definición de la interacción (Goffman, 2009: 66-73). Por ello, resulta interesante comprender cómo reorganizamos subjetivamente ciertos esquemas definitorios del cuerpo de una situación a

---

base de la relación social; y *cultural*, porque es una entidad simbólica que es capaz de aglutinar los rasgos de las identidades individual y colectiva.

otra, y cómo se enfrentan o vinculan las variantes significativas y los saldos emocionales correspondientes. Algunas veces nuestro cuerpo no será objeto de *tensión emocional* frente a otros cuerpos que consideramos semejantes, es decir, que nuestro cuerpo se ajustará más o menos bien a las expectativas del contexto situacional (por ejemplo, personas de una misma generación, del mismo género, o hasta con discapacidades corporales similares). Aunque otras veces ese mismo cuerpo en un *encuentro mixto* (por ejemplo, entre personas de diferentes edades, de diferentes complejiones, con y sin discapacidades), donde la corporalidad se constituye como un tema central, se significará a partir de su apariencia como cuerpo *estigmatizado* o *desacreditado*. Por lo tanto, serán la naturaleza de las situaciones, así como el empleo de determinados marcos de representación, y no el cuerpo en sí mismo, los causantes de las múltiples tensiones que produce la contradicción de nuestra *identidad social virtual* y *nuestra identidad social real*,<sup>9</sup> con consecuencias negativas para la integración de una *estructura del Yo* satisfactoria.

En términos generales, el *cuerpo* es tratado como una entidad que, aunque tratemos de ocultar o subestimar, constantemente trascenderá consciente o inconscientemente nuestra experiencia vital y muchas de las situaciones sociales en que participemos, conformando o estructurando con mucha fuerza el sentido de nuestras acciones (García, 1994; Gaytan, 2011).

## EL MÉTODO DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN EMPÍRICA Y LOS INFORMANTES DE REFERENCIA

El tipo de investigación que se desarrolló fue de corte cualitativo, es decir, que se requirió de “profundizar en las percepciones, creencias y experiencias de los sujetos” (Gaytan, 2009: 60-61)

<sup>9</sup> Nos referimos a las definiciones de Goffman de *identidad social virtual* e *identidad social real*, donde la primera agrupa el conjunto de expectativas normativas socialmente preestablecidas para determinados roles sociales, mientras que la segunda representa el conjunto de atributos que de hecho se demuestran en una situación determinada (Goffman, 2006a: 12).



para poder identificar los marcos de representación que se tienen acerca de la apariencia del cuerpo y comprender la experiencia subjetiva de vivir con sobrepeso corporal.

Se consideró adecuado realizar el análisis de los datos desde los preceptos de la *Teoría Fundamentada*,<sup>10</sup> donde el método de análisis más sobresaliente es el *método comparativo constante*, el cual propicia la estrecha relación entre el análisis y los datos empíricos conforme transcurre el proceso de investigación (Trinidad *et al.*, 2006: 29 y ss).

La herramienta de recolección de la información que se utilizó fue la entrevista en profundidad, dirigida por un guión semiestructurado con el propósito de recoger información específica para facilitar el análisis comparativo de los testimonios. Partimos del supuesto fundamental de que cualquier persona, en tanto sujeto socializado en un contexto sociocultural determinado, posee un conjunto de marcos de representación básicos que contienen información referida a la corporalidad;<sup>11</sup> en este sentido, se esta-

<sup>10</sup> La *Teoría Fundamentada* es una propuesta metodológica –desarrollada por los sociólogos estadounidenses Barney Glaser y Anselm Strauss– que está interesada por el manejo sistemático de datos no numéricos o de naturaleza subjetiva para la elaboración de la teoría desde los datos. Este enfoque metodológico establece como requisitos elementales los siguientes:

1. En la investigación sociológica es necesario hacer trabajo de campo para descubrir lo que realmente está ocurriendo.
2. Se reconoce la relevancia de la teoría fundada en los datos para el desarrollo de una disciplina y como una base para la acción social.
3. Los fenómenos sociales y la acción humana son complejos y variables.
4. Se asume la creencia de que las personas son actores que toman un rol activo para responder a situaciones problemáticas.
5. Se asume la conciencia de que las personas actúan con base en significados.
6. Se asume la comprensión de que el significado es definido y redefinido a través de la interacción.
7. Se manifiesta una sensibilidad hacia el entorno y hacia encontrar la naturaleza de los eventos (procesos).
8. Se asume la conciencia de la existencia de la interrelación entre condiciones (estructura), acción (procesos) y consecuencias (véase A. Strauss, citado por Gaytan, 2009: 62).

<sup>11</sup> En ésta investigación se consideró irrelevante la selección de informantes por su extracción socioeconómica o por otros atributos estructurales. Se asumió, para los requisitos de este trabajo, que la *clase social* en las sociedades contemporáneas (o sociedades de consumo) no determina tipos específicos de marcos de representación sobre la corporalidad. Los estereotipos del *cuerpo delgado* en las mujeres y el *cuerpo atlético* en los hombres, vigentes en las sociedades contem-

bleció como condición mínima la constitución de un universo de informantes con dos tipos básicos de contornos corporales: aquellos que presentaran contornos corporales catalogados en el orden de la interacción como “normales”<sup>12</sup> o “sin sobrepeso”, y aquellos con contornos catalogados como “robustos” o “con sobrepeso”.<sup>13</sup> El proceso para contactar posibles candidatos para participar en este ejercicio fue mediante el conocido método de “bola de nieve”,<sup>14</sup> lográndose la participación de cuatro de los siete informantes que integran el universo<sup>15</sup> (véase Tabla 1).

La clasificación de las y los informantes en términos de sus contornos corporales se definió a partir de la autopercepción que tuvieron de sí mismos al momento de que se autodescribieron corporalmente; fueron ellos quienes se colocaron en tal o cual categoría descriptiva de su contorno corporal.

---

poráneas (específicamente en las metrópolis), cuentan con legitimidad social (Ayora, 2007: 102) en virtud de que se trata de referentes de identidad altamente generales y abstractos, constituyéndose por sí mismos en un sistema simbólico y comunicativo autónomo, con efectos estructuradores en las identidades fundamentales (por ejemplo, el género) y, por tanto, en el orden de la interacción social (al menos en las grandes metrópolis).

<sup>12</sup> Con el término “normal” nos referiremos a aquel contorno corporal que las personas, estrictamente en el orden de la interacción cara a cara, perciben que se pega mejor o que no se desvía del “contorno corporal de referencia” que ellos sustentan, considerándolo social y positivamente aceptado o legítimo.

<sup>13</sup> En esta investigación se optó por utilizar los términos “robusto” o “sobrepeso” en lugar del de “obesidad”, debido a que el primero tiene una carga simbólica menos negativa y socialmente más aceptada que el de *obesidad*, que es un término que la biomedicina utiliza para caracterizar un estado corporal de enfermedad, pero que puede producir el efecto negativo de “cosificar” a la persona y dañar su estatus moral en el orden de la interacción.

<sup>14</sup> Este procedimiento consiste en solicitar ayuda al informante para que designe o contacte, dentro de sus redes sociales, a un candidato o candidata idóneos a partir de los objetivos de la investigación.

<sup>15</sup> La conformación del universo de informantes está acorde con los supuestos del muestreo teórico que propone la Teoría Fundamentada (Gaytan, 2009: 75 y ss), que es la búsqueda constante de significados adecuados para la integración analítica de categorías conceptuales y para explicar suficientemente sus interrelaciones. Es decir, los requisitos para la integración del universo de informantes no deben confundirse con la verificación de las hipótesis ni con la extrapolación de sus interpretaciones a áreas empíricas mayores como lo hace el muestreo estadístico en la investigación cuantitativa, sino que se trata sólo de la identificación de relaciones categoriales para el área empírica o el universo en cuestión.

TABLA 1  
CARACTERÍSTICAS DE LOS INFORMATES

GÉNERO	EDAD	ESTADO CIVIL	OCUPACIÓN	LUGAR DE RESIDENCIA	CONTORNO CORPORAL
Femenino	29	Soltera sin hijos	Empleada	Gustavo A. Madero, Distrito Federal	Con sobrepeso
Femenino	32	Soltera sin hijos	Microempresaria	Miguel Hidalgo, Distrito Federal	Con sobrepeso
Femenino	50	Soltera sin hijos	Profesora de idiomas	Gustavo A. Madero, Distrito Federal	Con sobrepeso
Masculino	21	Soltero sin hijos	Estudiante de bachillerato y empleado	Iztacalco, Distrito Federal	Con sobrepeso
Masculino	23	Soltero sin hijos	Estudiante de licenciatura	Gustavo A. Madero, Distrito Federal	Sin sobrepeso
Masculino	24	Soltero sin hijos	Médico pasante	Gustavo A. Madero, Distrito Federal	Sin sobrepeso
Masculino	32	Soltero con hijos	Abogado	Nezahualcóyotl, Estado de México	Con sobrepeso

**Nota:** Los lugares de residencia pertenecen a la Zona Metropolitana de la Ciudad de México.

## LA EXPERIENCIA SUBJETIVA DEL CUERPO CON SOBREPESO

En este apartado se presenta el análisis de algunos testimonios que dan cuenta de las experiencias de vivir con sobrepeso; de la clase de emociones y sentimientos experimentados y del despliegue de varias estrategias (acciones) restauradoras del equilibrio emocional y psicológico, producto de la tensión entre la *identidad social virtual* y la *identidad social real*.

Dado el nivel *subjetivo* y concreto de las experiencias de tener un cuerpo con sobrepeso se identificaron dos fases temporales de la trayectoria vivencial del cuerpo a partir de un análisis dete-

nido del discurso: por un lado, un *pasado* que se distingue por la discrepancia experimentada entre la *identidad social virtual* y la *identidad social real*, donde el cuerpo se constituye en un foco de tensión, generalmente en un momento de la vida de la persona donde la observancia de las *normas de identidad* son un factor indispensable de *integración social*; un segundo momento es el *presente* invocado durante la entrevista, en que la persona da cuenta de su situación actual, generalmente en una fase donde los mecanismos del control expresivo se accionan al sentirse confrontadas su *identidad personal virtual* y su *identidad social real* al instante en que el tema de su corporalidad se vuelve el centro de la conversación.

Sin embargo, es importante dar por sentado que la discrepancia entre la *identidad social virtual* y la *real* es y será permanente: nunca permanece estática a lo largo de la vida social de las personas. No quiere decir que estén exentas de los avatares significativos que emergen de los encuentros sociales, como instantes donde se somete a examen y juicio a las identidades de las personas. Sin embargo, para efectos de este trabajo, se asume como un rasgo general que todas las personas poseen la capacidad para adaptarse a las múltiples circunstancias sociales que las llevan a establecer determinadas relaciones con su cuerpo, en términos de las normas de identidad y como requisito para la integración o la distinción sociales.

El esquema tipológico propuesto para organizar el conjunto de reacciones experimentadas por los informantes con sobrepeso se compone de las siguientes categorías y subcategorías: 1) reacciones negativas del Yo frente a la condición desfavorable de su apariencia corporal, formada por las siguientes subcategorías: *i*. Reacción de resignación; *ii*. Reacción de frustración y autorreproche; *iii*. Reacción convencionalista; *iv*. Reacción de resistencia; 2) reacción positiva del Yo frente a una nueva relación corporal; 3) alienación identitaria; y 4) reivindicación moral del propio cuerpo.

*REACCIÓN NEGATIVA DEL YO FRENTE A LA  
CONDICIÓN DESFAVORABLE DE SU APARIENCIA CORPORAL*

Una de las características sociológicas fundamentales del *estigma* es que se trata de una marca o atributo considerado defectuoso y desacreditable, que llama poderosamente la atención en los encuentros sociales y que está por encima de otros atributos, haciendo diferente a su portador respecto de los demás, desfavoreciéndolo en términos del reconocimiento e integración sociales. Las múltiples reacciones que el *estigma* suscita en los encuentros en un plano psicológico y emocional son diversas; sin embargo, se pueden agrupar como reacciones negativas del Yo cuando se invoca la comparación del esquema corporal ideal con el esquema propio percibido con un saldo desfavorable.

*Reacción de resignación*

Una de las preguntas más delicadas durante las entrevistas fue aquella que aludió directamente al cuerpo de las y los informantes, porque se experimentan múltiples emociones cuando se dirige la atención hacia un aspecto fundamental de la intimidad como lo es el propio cuerpo. La *reacción de resignación* fue la característica principal manifestada cuando describieron su cuerpo al investigador. Sin embargo, hay que matizar en qué circunstancias proporcionaron sus respuestas. En primer lugar, uno de los rasgos principales de las interacciones en las sociedades urbanas es su carácter impersonal y superficial (Gaytan, 2009) y, en ese contexto, el cuerpo es un espacio de intimidad de carácter *sagrado* para su propietario; de ahí que las normas de conducta se aboquen a proteger y preservar el espacio vital de la corporalidad como un tipo puro de territorialidad egocéntrica (Goffman, 1979: 55).

Por otro lado, las implicaciones que tienen las referencias discursivas directas hacia el cuerpo –además del contacto físico accidental o mal intencionado de los cuerpos– son tales que se constituyen en fuentes de tensión y conflicto, tanto para el pro-

pietario como para los sujetos participantes de la situación, quienes pueden ser potenciales infractores. Conversar sobre los atributos físicos corporales de las y los informantes es como pretender levantar el telón e invadir el espacio posterior del escenario al momento en que se está desplegando su actuación ritual (Goffman, 2009); es acceder al conjunto de emociones que el informante oculta o ha ocultado por múltiples razones –no sólo durante la entrevista, sino a lo largo de su vida– y que ahora quedan expuestas a la mirada de un extraño. Los sentimientos y emociones acontecidos por esta intromisión pueden tornarse incontenibles e incontrolables, de modo que las y los informantes buscaron mantener, con los medios a su alcance, el control expresivo en aras de la entrevista.

A continuación presentaremos varios relatos de las y los informantes cuando se les pidió que hicieran una descripción física de sí mismos:

¿[Descripción] físicamente detallada de mí? Bueno, es un *poquito complicado* porque creo que todos volteamos a ver el espejo pero *nunca queremos ver cómo somos realmente*, ¿no? [...] Mi edad es de 32 años, mido 1.70, peso alrededor ahorita de cien kilos, entonces mi complexión es *robusta*. De hecho, te puedo decir que con un poquito de tendencia abdominal, por no llamarle *gordura*; entonces esa es la complexión que presento (varón, 32 años, abogado).

Es paradigmática la reacción cuando el individuo asume que la respuesta es un poco complicada porque “todos volteamos a ver el espejo pero *nunca queremos vernos cómo somos realmente*”. Expresiones como éstas y algunos titubeos delatan el reconocimiento de que se tiene una imagen reservada de las características físicas del cuerpo. En este testimonio identificamos que una parte significativa de la apariencia corporal es el abdomen prominente, pero tratando de aclarar que no se trata de *gordura*, sino que es una tendencia o una fase distinta de lo que podría denominarse un depósito graso que identifica a la obesidad estrictamente. Cuando se afirma que “*ahorita peso cien kilos; entonces mi complexión es robusta*”, o cuando dice “te puedo decir que con un *poquito* de tendencia abdominal, *por*

*no llamarle gordura*”, el sentido de la expresión trata de aludir a que la circunstancia de su cuerpo es algo temporal y circunstancial, con la posibilidad de ser corregible por voluntad. La respuesta es una confesión y revelación de información que permanecía reservada o íntima, al reconocerse que la complejidad que se presenta es “robusta”. Si bien el sentido de la respuesta está estructurada del mismo modo a cuando se observa por primera vez un fenómeno desconocido, puede encontrarse en ella un detalle significativo: que permite constatar o un grado de desvinculación que pudiera existir entre el Yo y el cuerpo, o bien, cierta inseguridad o timidez para confesar que se tiene un cuerpo potencialmente desacreditador. Pasemos a analizar otro testimonio:

¿Físicamente? Igual, a mí me gusta hacer ejercicio. Antes *estaba gordo* y yo cuando salía de mi escuela, de mi casa, todos *se burlaban de mí*. Yo *me sentía extraño* porque cuando yo caminaba todas las personas se me quedaban viendo, pero no era cierto, era algo psicológicamente. Y la neta yo pesaba alrededor de 150 kilos y la verdad estaba *sobrepasado* [...]. Empecé a hacer ejercicio, empecé a correr. Yo fumaba mucho, tomaba mucho. Empecé a dejar de fumar y de tomar. Empecé a hacer ejercicio y bajé. Ya llevo como ochenta kilos, ya bajé algo. —¿Y ahora cómo describirías tu constitución física?— Ahorita [...] creo que *ahorita ya subí un poquito más de peso*. Físicamente *ahorita* me describo que soy un chavo [...]; me gusta mi cuerpo. *Más que mi cuerpo me gustan mis brazos*, porque aquí tengo la fuerza cuando cargo cosas (varón, 21 años, estudiante y empleado).

Se puede detectar la ansiedad por conformar un discurso coherente acerca de la apariencia corporal a partir de utilizar como recurso *suavizador* el establecimiento de una distancia virtual por medio del pasado biográfico. La lógica de este discurso es una forma de redirigir y contextualizar la información solicitada del presente corporal para la definición de una situación que sea menos comprometedor. Sin embargo, se reconoce y se acepta cuando menciona que “*ahorita ya subí un poquito más de peso*”. Analicemos otros dos testimonios: “¡Ah, sí! Yo tengo una estatura de 1.55; peso [...], *pues no sé bien cuanto peso*, pero yo creo que estoy entre los 65, 67 kilos, algo así, y por lo mismo *sé que tengo un sobrepeso* como de trece

kilos o algo así, más o menos” (la informante ríe ligera y brevemente) (mujer, 29 años, empleada). “¿Una descripción física mía? Bueno, creo que [...] *no soy bonita*. Yo creo que tengo cierto atractivo. Yo creo que *todas las gentes tienen cierto atractivo de alguna manera*” (mujer, cincuenta años, profesora de idiomas).

Acontece que, aunque se desconozca el dato exacto del peso, la cuantía de la masa corporal es en realidad un dato significativo de la apariencia corporal, porque la expresión “*sé que tengo un sobrepeso*” se traduce como el atributo principal que caracteriza al esquema corporal real. Mientras que en el último testimonio se ejemplifica que la apariencia corporal resulta incongruente por las exigencias de los cánones sociales vigentes de la apariencia corporal femenina, lo que se hace explícito en la frase “creo que *no soy bonita*”. Los cánones de belleza como elementos de soporte de la identidad femenina son el marco de referencia que se emplea automáticamente, lo cual la lleva a establecer un juicio desfavorable. Sin embargo, el recurso que atenuará esta realidad dándole otro matiz a la integridad moral es el discurso ético-universalista: “[...] *todas las gentes tienen cierto atractivo de alguna manera*”, que coloca a todos los miembros del género humano en condiciones de igualdad y equivalencia como poseedores en sí mismos de alguna clase de virtud.

Por lo anterior, son evidentes los usos de ciertas tácticas que buscan atenuar el impacto emocional que genera el cuestionamiento de la apariencia corporal a través de una redefinición de la situación y de las identidades personales. Se trata de la manifestación tangible de emociones encontradas y que incomodan.

La búsqueda de *marcos alternativos* que puedan influir en el curso de la entrevista, en términos de la proyección de información positiva referente a la personalidad o del *self*, representa la reconstrucción de una imagen de sí mismos congruente, reforzada con una actitud de conformidad sobre sí mismos. Este acto ilustra la necesidad individual de reestablecer la simetría del encuentro que se vio alterada por la posición desfavorable en que los colocó el investigador respecto de sus apariencias



corporales; la *reconstitución* de la moralidad de sí mismos como interlocutores a través de una reconstrucción de la imagen les permite proyectar, en algún grado, una integridad apropiada de sí mismos para el encuentro en cuestión.

Es importante señalar que las *actitudes* están fuertemente constreñidas a las normas del *control expresivo* que se establecen automáticamente entre investigador e informantes durante las entrevistas, como una de las reglas fundamentales que deben privar en las interacciones cara a cara entre desconocidos. Aunque no se garantiza que no pueda existir el riesgo de que sean rotas y que el individuo estalle conmovido, molesto o indignado dando por finalizada una entrevista, las y los informantes llevaron a cabo su ritual de interacción mediante una imagen positiva y compensada, y no una precaria.

Con el transcurrir de la entrevista, las y los informantes fueron perfeccionando paulatinamente su discurso con miras a reforzar su *control expresivo* (equilibrio emocional) y, por ende, la proyección de una imagen de *sí mismos* congruente y armónica. En esta lógica es comprensible que las narraciones se fueran estructurando mediante la distinción de un pasado conflictivo y un presente ya estabilizado: los aspectos más delicados y las experiencias más desagradables relacionadas con su apariencia corporal fueron extraídos del pasado, mientras que el proceso de *adaptación* exitoso resultante tiene lugar principalmente en su presente. Sin embargo, con un análisis detenido del discurso se pueden identificar datos relevantes de otras clases de *adaptación individual* en torno a su esquema corporal.

A continuación se exponen otros fragmentos de los relatos donde pueden reconocerse otras reacciones de resignación que experimentaron o siguen experimentando:

Normalmente cuando estás en la primaria [...], cuando compartes los juegos, compartes el salón de clases con tus compañeros, no te llegan a afectar, *se te hace costumbre o se te hace cotidiano que te digan gordito* o que te falten al respeto de alguna otra forma (varón, 32 años, abogado).

[...] es horrible no quererte, desatenderte, olvidarte, valerte porque dices: “¡Ay, me vale!” [...] O hay mujeres que tienen sobrepeso y que van con su novio en la calle, y eso me pasa a mí, vamos por la calle mi novio y yo y veo a una chica que tiene un bonito cuerpo y ya estoy sintiendo que ya la está viendo, que ya la está deseando. Pero es un problema psicológico que yo tengo porque *me siento tan poca cosa* que creo que con la primera va a voltear a verla y se va a ir (mujer, 29 años, empleada).

### *Reacción de frustración y autorreproche*

Respecto de esta reacción fueron comunes respuestas de añoranza, deseos irrealizables, indiferencia y autorreproche por las consecuencias sociales inmediatas debidas a su apariencia corporal. Temporalmente sus expresiones están referidas a su vida presente porque perciben que es ineludible la posición desfavorable actual en que los coloca la comparación de su apariencia corporal con los estereotipos corporales vigentes, y ello, de algún modo, los obliga a expresar inconformidad e insatisfacción por su condición, sumándose a esa expectativa social de adoptar una actitud crítica hacia sí mismos para superar su estado corporal.<sup>16</sup> El cuerpo con sobrepeso es percibido socialmente como un rasgo indeseable, y la responsabilidad personal es, en primer lugar, reconocer y repudiar el sobrepeso corporal y tomar las acciones necesarias que tiendan a revertir esta circunstancia. Un buen ejemplo de reacción de frustración o autorreproche es el siguiente: “[...] me siento un *poquito inconforme* [...] porque cuando yo estaba en la universidad yo pesaba alrededor de setenta kilos, 68 kilos, y tenía el peso normal de mi estatura. Entonces tal vez *no me siento ahorita muy... conforme* con el hecho de haber incrementado en cuanto al peso (varón, 32 años, abogado)”.

<sup>16</sup> Se espera, al menos por parte de un sector social como el de las autoridades médicas y de la salud, que el individuo rechace su apariencia corporal, que recapite y se esfuerce por bajar de peso para mejorar su salud y sentirse motivado.

*Reacción convencionalista*

Las reacciones convencionalistas –en tanto estrategias que surgen como la única opción para sobrellevar psicológicamente las contrariedades que produce el estigma– fueron aquellas que enfatizan exageradamente los métodos preconcebidos, procedimientos y demás pautas de comportamientos convencionales o estandarizados, para evitar llamar la atención y minimizar la condición de su *diferencia*. Se llega inclusive a plantear rutinas o vías pragmáticas para proyectar simbólicamente o discursivamente que se está ya por una ruta de autocontrol de la conducta. Se trata de estrategias de protección o de conductas obsesivas para la preservación de la dignidad:

[...] en un momento dado de mi vida, en la preparatoria, *sí tomé la decisión firme de bajar de peso y me puse a hacer mucho ejercicio* y bajé como unos diez, quince kilos, haciendo ejercicio y *tratando de estar mejor*. Entonces *sí logré un peso ideal*, o sea, si yo medía 1.68, 1.70, pesaba 68 kilos, es decir, me mantuve en ese peso [...]. *Sí, ejercicio y dieta o bajarle de comer hasta el grado de que llegó un momento en el cual pasaban uno o dos días en que no comía nada, ¿no?* [...] (varón, 32 años, abogado).

Los convencionalismos proporcionan a los individuos cierta “protección” psicológica ante los señalamientos sociales de su entorno referente a su apariencia corporal. Pueden proporcionarles una clase de protección social como pasar inadvertidos o no llamar la atención, gracias a que siguen al pie de la letra las pautas de conducta socialmente convencionales relacionadas con el cuidado de la apariencia y la salud corporales. Con la adopción de estas conductas se puede proyectar una imagen de laboriosidad y dedicación, siguiendo rutas y planes de actividad previamente definidos, y descartando aquellos que llamen la atención por su rareza u oposición a lo convencionalmente establecido.

Respecto de las implicaciones psicológicas, existe una clase de alivio temporal interno al sentirse que se están cumpliendo las pautas socialmente aceptadas y que se está ganando legítimamente el reconocimiento, la inclusión o bien la admiración de los

demás, en términos de su dedicación y el sostenimiento de las aspiraciones (valores) de superación personal. La importancia de estas rutinas aumenta, o bien se tornan urgentes, cuando la persona se plantea determinados objetivos con los cuales termina identificándose. Sin embargo, hay otras aristas que no necesariamente tienen por objeto ganarse el reconocimiento de los demás y que no conllevan indefectiblemente una mejoría en el aparato psicológico, sino que constituyen el único refugio, la única opción para evitar la presión y las críticas sociales si se aceptan las convenciones y pautas para las personas con sobrepeso:

Yo de verdad antes veía los pantalones y de verdad yo decía: “¡No van a tener de mi talla!” ¡De veras! Iba al tianguis o al mercado y veía, pero decía: “¡Ay, de mi talla no van a tener!” *Y mejor ni preguntaba, mejor me compraba una falda de esas rectas o unos pants que siempre dan de sí. Una playera sí, pero no me ponía ni chamarras, ni blusitas pegadas porque no había de mi talla (mujer, 29 años, empleada).*

Acciones como las de hacer demasiado ejercicio; restringir el consumo de alimentos; abstenerse de aspirar a ser portador de determinados símbolos de prestigio social como ciertos vestuarios o estar a la moda, son conductas que se van asimilando dentro de lo aparentemente convencional, pero que en el individuo con sobrepeso cobran tal intensidad en su identificación que su seguimiento se refuerza, a veces, al grado de la obsesión.

### *Reacción de resistencia*

En esta subcategoría identificamos testimonios que expresan una resistencia activa contra las personas y circunstancias que colocan al individuo en situaciones desfavorables, llevándolo a adoptar críticas profundas a la legitimidad del esquema corporal de referencia o culturalmente valorado. Esta reacción pugna también por rechazar contundentemente cualquier acción referida a la apariencia corporal de la persona desfavorecida, caracterizándose por un antagonismo abierto tanto al nivel del discurso universalista como en el campo de la interacción. Se trata de una

reacción principalmente instantánea porque el trato *diferencial* producto de la apariencia corporal desacreditada induce en la persona el impulso a desplegar una actitud defensiva y agresiva porque siente que se la trata con inferioridad o que se la cosifica, dañándose su moralidad como sujeto social:

Yo me acuerdo que en esa ocasión eran muy sociables y mi mamá cuando vivía [...]: que vamos al cumpleaños de “Fulanito”, de “Sutanito”, de “Perenganito” [...]. A mí no me encantaba ir, porque veía a los tíos, que a las primas, y ahí era otra cosa, o sea, por ejemplo, una tía se peleó conmigo:

- Es que estás muy gorda.
- Bueno, *¿por qué me agredes así?*
- Es que no es una agresión.
- Sí, *es una agresión verbal la que me estás haciendo. Pido que me respetes* y que no me lo estés diciendo *delante de toda la gente* porque yo también *puedo decirte muchas cosas*.

[...] *¿Por qué la gente es así o con qué derecho te puede agredir o te puede decir a la hora que se le dé la gana lo que se le dé la gana? ¡Pues no!* (mujer, cincuenta años, profesora de idiomas).

De este modo, la reacción de resistencia es el resultado de la sensación de invasión o intrusión experimentada en la persona agraviada por la “libertad moral” de que gozan algunos “normales” para hacer señalamientos, comentarios y sugerencias sin el consentimiento de la persona aludida. La persona estigmatizada es en muchas ocasiones tratada con abuso consciente o inconsciente por parte de la sociedad en general,<sup>17</sup> lo cual produce en ella sentimientos de ira y de indignación.

Hasta aquí el análisis de los testimonios citados que caracterizan *la reacción negativa del Yo frente a la condición desfavorable de su apariencia corporal*. La razón de la extensión de este apartado revela la mayor riqueza de información, porque se trata del aspecto más sensible que produce la marca o el estigma en la

<sup>17</sup> El término “sociedad en general” se emplea como un sinónimo del concepto de George Herbert Mead de “otro generalizado” u “otro significativo”, y es tan extenso como el contexto sociocultural o la posición social y biográfica del informante lo determine.

estructura del Yo; estamos frente al meollo del conflicto que experimenta la persona en las microinteracciones, las que detonan una multitud de sentimientos y emociones producto de la multitud de estímulos recibidos en virtud de su apariencia corporal. Ahora sigue el análisis de los tres tipos de reacciones del Yo restantes, propuestos en el esquema tipológico.

*REACCIÓN POSITIVA DEL YO  
FRENTE A UNA NUEVA RELACIÓN CORPORAL*

En el otro lado de las reacciones del Yo analizadas están aquellas que tienen un significado positivo para la estructura psicológica y para la carrera moral de la persona, resultado de la nueva relación que se establece con una “nueva” apariencia corporal, o bien, con un aspecto o atributo que se considera nuevo y deseable para la identidad. Este tránsito psicológico particular posee la misma intensidad que si se diera en sentido inverso, es decir, la posesión repentina de una marca indeseable (Goffman, 2006a: 154-155). En ambas circunstancias existe la peculiaridad de experimentar una nueva relación con el esquema corporal y, por ende, también un desconocimiento exacto de la nueva situación que se vivirá, con un saldo psicológico y emocional determinado.

El siguiente testimonio tiene como sustrato principal la *transformación o modificación* del esquema corporal percibido como un *bien* orientado hacia lo que se considera lo mínimo necesario para “ascender” al estatus de la normalidad corporal. Después de la experiencia de poseer una apariencia corporal percibida como indeseable ésta se constituyó, en algunos casos, en una motivación para seguir al pie de la letra las pautas, actividades y recursos que la biomedicina legítimamente prescribe para el control o la pérdida de peso corporal. Las emociones y conductas implicadas en estas reacciones son, desde luego, sentimientos de profunda alegría, euforia, la proyección de un optimismo y una seguridad con cierta exageración, así como una intensa ansiedad para la acción:

[...] cuando yo cumplí 17, 18 años que ya adelgacé, ¡no, olvídate!, *me desaté, ¿no?* Ya no fue una novia, sino que ¡fueron cinco o seis novias! *Creció mi autoestima [...] al momento en que bajé de peso.* [...] En el momento que yo adelgazo y [...] *ya adquiero un mejor físico, me quito todo tipo de temores y mi autoestima baja se vuelve una autoestima alta;* hasta creo que *pierdo el piso*, me voy un poquito más arriba porque antes no podía conseguir una novia. [...Cuando logré] el objetivo de *bajar de peso*, [en] quinto de preparatoria ya entré *muy concentrado* a mis clases y *mejoré mi rendimiento total*, y en sexto de prepa salí en el cuadro de honor [...]. Siento que el *haberme motivado de lograr un objetivo que era adelgazar incrementó mi autoestima* en el sentido de decir: si pude hacer eso que *era casi imposible para mí*, [...] me dio confianza para poder pasar todas mis materias (varón, 32 años, abogado).

Para vivir en sociedad se requiere estar dotado de recursos comunicativos y cognitivos, así como de pautas y prácticas relacionadas con roles específicos, es decir, disponer de los recursos culturales que suministra determinado grupo o colectivo para desempeñar adecuadamente los papeles socialmente institucionalizados, de tal modo que la integración social resulta de ejecutar eficientemente la actuación prescrita en un contexto sociocultural determinado. Cuando se logra un estado de “normalidad” corporal, la euforia que se experimenta por el cambio en la identidad sólo es temporal, hasta alcanzarse un nivel medio de control conductual y expresivo —aunque con el toque y la versión original del propio individuo—, garantizándose así una adaptación congruente con el contexto sociocultural del grupo de pertenencia. Los efectos resultantes del cambio de identidad son de una inmensa alegría y de alivio por encontrarse en una nueva situación exitosa de confirmación positiva de su *sí mismo*: la sensación de sentirse héroes de una causa difícil de superar como lo es bajar de peso.

### *ALIENACIÓN IDENTITARIA*

La tercera categoría de la tipología integra aquellas respuestas individuales tendentes a apegarse al conjunto de normas de

identidad que la sociedad en general prescribe, estructurándose una clase de “conciencia” o una identidad del Yo “acorde” con la categoría especial de persona a la que se pertenece, esperando actuar y sentirse conforme con lo que se es.

Se define como *alineación identitaria* al surgimiento, desde la sociedad en general, de un sistema de recomendaciones para las personas que conforman un grupo identificado con alguna marca o atributo culturalmente estigmatizado, proveyéndolas de los recursos psicológicos y hasta ideológicos necesarios para que se convenzan de que su pertenencia a este grupo no tiene que mirarse como una tragedia sino que, por el contrario, deben concebirse a sí mismos como un colectivo especial que puede beneficiarse de las potencialidades particulares que poseen, y que quizás están ocultas en espera de ser descubiertas y aprovechadas por sus miembros, ayudándolos a convivir con su condición especial temporal o permanentemente:

No tengo buen cuerpo pero sí *me considero una persona que le gusta verse bien para mi misma*, porque *si no me gusto yo en el espejo creo que esa imagen no la vas a aprovechar con los demás*. [...] Antes yo estaba en dietas y no sé qué tanto. Ahora ya no, *creo que entendí, ¿no?, ya me acepté*, porque al principio yo no lo aceptaba, hace años, *se supone que hasta hoy*. Pero muchas veces que tú *vas entendiendo lo que es la genética, lo que es la herencia*, o sea, muchas cosas, ¿no?, entonces dices: “bueno, *no puedo estar flaca*”, ¿sí?, [...]. La verdad es que me tenía que aceptar como era y *si no me aceptaba pues estaba yo amolada* (mujer, cincuenta años, profesora de idiomas).

Como podrá distinguirse, la identidad que ayuda a que la persona aprenda a convivir con su diferencia no significa, por ello, que acepte plenamente este designio. No obstante que las prescripciones elaboradas desde la sociedad en general (por ejemplo, el principio normativo de la igualdad esencial entre los individuos); la igualdad de oportunidades a que cualquier ciudadano puede aspirar para su realización; y el carácter universalista de ciertos sistemas normativos y morales no aseguran que la persona se sienta plenamente conforme con su diferencia,



que se le impone con tanta fuerza que ni los principios éticos más universalistas la pueden borrar.

En los testimonios expuestos existe una constante que no puede ser pasada por alto: la satisfacción o la conformidad aún *incompletas* de ser lo que son, personas con una diferencia. Expresiones como: “*me tenía que aceptar como era y si no me aceptaba pues estaba yo amolada*” constatan el carácter insuficiente –y hasta contradictorio– del sistema de normas que la sociedad en general sustenta, que incluye principios como el de que todos somos iguales y el de que se deben reconocer y aceptar las “diferencias”, cuando en una multitud de encuentros y situaciones operan normas emergentes que contradicen los grandes sistemas normativos, colocando en situación diferencial la calidad moral de los individuos en los microprocesos interaccionales. De allí que la *resignación* suele ser un mecanismo adaptativo para llevar a cabo los procesos subjetivos de autoaceptación para la integridad de la estructura del Yo (y del sí mismo) y para propiciar un reconocimiento social alternativo para conferirles viabilidad: “*Aceptándome como soy creo que también me acepta la demás gente de alguna manera*”.

### *REIVINDICACIÓN MORAL DEL PROPIO CUERPO*

Nos encontramos con la última categoría que caracteriza la acción de quienes poseen un atributo estigmático como el sobrepeso. Como un recurso adaptativo extraído del discurso que la sociedad en general prescribe a los grupos estigmatizados está la reivindicación de la apariencia corporal en un sentido moral, es decir, como una clase de paliativo que sirva de soporte psicológico para la persona que tiene que convivir y lidiar con su *diferencia*. La diferencia entre la categoría de *alienación identitaria* y la dedicada al presente apartado radica en que la primera representa una fase preliminar de interiorización de normas, una estructura simbólica proveniente del exterior, mientras que en la segunda presenciamos la asimilación cognitiva, o la identifica-

ción más íntima, como algo que se vuelve parte de la propia estructura del Yo; se trata de la incorporación o encarnación de ciertas normas de identidad en la conciencia que permite una adaptación más positiva:

*Creo que del cuerpo no me cambiaría. No lo cambiaría. Creo que haría más por tener mis oídos bien. Nada más [...]. Yo nunca me avergoncé de mi cuerpo, ni [mis parejas] de alguna manera hicieron alguna diferencia [...]; a lo mejor yo tengo suerte porque estoy gorda pero no pompuda; sí, porque hay gente que está muy pompuda [la informante ríe brevemente]; pobre gente (mujer, cincuenta años, profesora de idiomas).*

Sin embargo, hay que destacar el hecho de que, cuando un sujeto reconoce que posee un rasgo desacreditable y que ha aprendido y asimilado su condición de estigmatizado y blindado su aparato psicológico mediante la adopción de una filosofía de la vida no significa que cesen de reproducirse los estereotipos y los estigmas frente a los demás. Es decir, el hecho de poseer un estigma y estar consciente del rechazo social obliga a la persona a considerar que los demás nunca dejarán de mirarlo con ciertas reservas y no evita que ella misma participe del rechazo social hacia otras. Su destino consistirá en imprimir una dosis mayor de energía emocional para sortear exitosamente aquellas situaciones que amenacen con dañar su integridad moral como sujeto social, o aquellas que le impidan un despliegue satisfactorio de su ritual interactivo acorde con el rol o la identidad social que se propone proyectar y mantener.

## CONCLUSIONES

Los efectos que produce la constitución simbólica del cuerpo con sobrepeso en la experiencia subjetiva despiertan un interés sociológico para comprender cómo se gestan a este nivel procesos sociales particulares: cómo los individuos elaboran un conjunto de *estrategias* o *acciones* en su vida cotidiana para enfrentar las contrariedades de la apariencia corporal, y que en

determinadas situaciones se traducen en un antagonismo entre la *identidad social virtual* y la *real*, con consecuencias para la *estructura del Yo*. Conocer y comprender la estructura de estos microprocesos sociales en una sociedad donde la construcción de las identidades está cada vez más en manos de los propios individuos representa un reto interesante para la sociología, para brindar nuevas explicaciones a la diversidad de aspectos de la vida social que caracteriza a las sociedades contemporáneas.

En el marco de este trabajo, la formulación y explicitación de una noción distinta al cuerpo reificado u ontologizado de las *tecnociencias* (Le Breton, 1994), concentradas en el examen de las estructuras orgánico-funcionales del cuerpo, resulta de un ajuste o imperativo metodológico más apropiado para la consideración de las estructuras subjetivas de los individuos y sus consecuencias en la acción, aspecto que otros estudios antropológicos y sociológicos pasan por alto por el excesivo interés en los ambientes obesogénicos.

Por lo tanto, en conjunción con la perspectiva analítica adoptada para el desarrollo de esta investigación se enfatizó el papel esencial que juega el cuerpo como una unidad *psico-socio-cultural* desde dos niveles: 1) en un plano intersubjetivo el cuerpo funge como vehículo simbólico que permite un nivel básico de comunicación, ámbito donde tiene lugar el proceso de construcción de los *marcos de representación*, los cuales sintetizan y estructuran un conjunto de identificadores a partir de los cuales desarrollamos formas específicas de percepción de la realidad. La consecuencia de todo esto es la interiorización de estereotipos y actitudes, por ejemplo, respecto del sobrepeso, que estructuran el aparato psíquico y cognitivo de los individuos de tal manera que los pone en condiciones de elegir, o simplemente de llevar a cabo por hábito, determinados cursos de acción; y 2) en un plano subjetivo, el cuerpo y su componente psíquico-emocional es capaz de estructurar de manera esencial el sentido de nuestras acciones, por ejemplo, cuando inventamos cotidianamente *estrategias* psicológicas para mantener un equilibrio emocional ante la diversidad de estímulos a los que estamos expuestos, en un uni-

verso complejo de situaciones sociales característico de las sociedades contemporáneas (sociedades de consumo), con especial énfasis en aquellas situaciones donde el tema de la corporalidad se torna importante en el sistema de expectativas.

Desde este enfoque dual, se pueden extraer brevemente las siguientes conclusiones del análisis de los testimonios presentados. En primer lugar, se puede constatar mediante el análisis sistemático y detallado de los *marcos de representación del cuerpo con sobrepeso* la estrecha relación que éstos tienen con los ideales corporales que la sociedad ha institucionalizado desde distintas agencias, y que actualmente estas últimas fungen como trasfondo en la conformación de los marcos de representación sobre la corporalidad. Por lo tanto, la distancia virtual que separa al *cuerpo con sobrepeso* de las *representaciones corporales ideales* es la circunstancia que ha magnificado su carácter estigmático en el orden de las interacciones cara a cara, proceso que es eminentemente histórico y específico de las sociedades contemporáneas y de consumo, porque en otras épocas y en otras latitudes la gordura no siempre fue un atributo simbólico significativamente negativo.

En segundo lugar, el examen detenido de los testimonios que dan a conocer las distintas situaciones sociales, donde el cuerpo se torna en un tema central, nos muestra la complejidad de los procesos internos o subjetivos que enfrenta la persona con sobrepeso: primero, para cumplir con las expectativas normativas que una situación social determinada le impone (resignarse y aceptar un *sí mismo* que la sociedad en general le ha fabricado); y segundo, para desarrollar complejas estrategias de control expresivo y psicológico, que evoca desde la *estructura del Yo* para hacer manejable la tensión entre la *identidad social virtual* y la *real*. De lo contrario, tendría que enfrentar una profunda fragmentación de la estructura del Yo o la pérdida de la confirmación de su *sí mismo* y su moralidad (y aptitud) como sujeto social.

**BIBLIOGRAFÍA**

Ayora Díaz, Steffan Igor

- 2007 “El cuerpo y la naturalización de la diferencia en la sociedad contemporánea”, *Nueva Antropología*, año xx, núm. 67, pp. 89-118.

Balko, Radley

- 2004 “El gobierno de Estados Unidos contra la obesidad”, *Agencia Interamericana de Prensa Económica*, AIPENet, en [www.elcato.org/node/782/print](http://www.elcato.org/node/782/print).

Bañuelos Madera, Carmen

- 1994 “Los patrones estéticos en los albores del siglo XXI. Hacia una revisión de los estudios en torno a este tema”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 68, octubre-diciembre, pp. 119-140.

Bertran Vila, Miriam

- 2010 “Acercamiento antropológico a la alimentación y la salud en México”, *Physis*, vol. 20, núm. 2, pp. 387-411.

Cabello Garza, Martha Leticia y José Guillermo Zúñiga Zárate

- 2007 “Aspectos intrapersonales y familiares asociados a la obesidad: un análisis fenomenológico”, *Ciencia UANL*, vol. x, núm. 2, abril-junio, pp. 183-188.

Carabaña, Julio y Emilio Lamo de Espinosa

- 1978 “La teoría social del interaccionismo simbólico: análisis y valoración crítica”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 1, enero-marzo, pp. 159-203.

Claudio Piedras, Guillermo

- 2008 “Los significados del cuerpo con sobrepeso”, tesis presentada para obtener el título de licenciado en sociología, 11 de julio, Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Azcapotzalco, México, D. F.

García Selgas, Fernando J.

- 1994 “El ‘cuerpo’ como base del sentido de la acción”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 68, octubre-diciembre, pp. 41-83.

Gaytan Sánchez, A. Patricia

- 2011 “La contribución del estudio del cuerpo y las emociones a las teorías sociológicas de la acción (vs. los estudios culturales)”, *Sociológica*, núm. 72, enero-abril, pp. 139-165.
- 2009 *Del piropo al desencanto. Un estudio sociológico*, Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Azcapotzalco, México, D. F.

Goffman, Erving

- 2009 *La presentación de la persona en la vida cotidiana*, Amorrortu, Buenos Aires.
- 2006a *Estigma. La identidad deteriorada*, Amorrortu, Buenos Aires.
- 2006b *Frame Analysis. Los marcos de la experiencia*, Centro de Investigaciones Sociológicas-Siglo XXI, Madrid.
- 1979 *Relaciones en público*, Alianza, Madrid.

González de la Fe, Teresa

- 2003 “El interaccionismo simbólico”, en Salvador Giner (coord.), *Teoría sociológica moderna*, Ariel, Barcelona.

Guzmán, Rosana y Zoraide Lugli

- 2009 “Obesidad y satisfacción con la vida: un análisis de trayectoria”, *Suma Psicológica*, vol. 16, núm. 2, diciembre, pp. 37-50.

Hernández Prado, José

- 2005 *Epistemología y sentido común*, Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Azcapotzalco, México, D. F.

Jerez, Montserrat J. y José A. Rodríguez Díaz

- 1994 “El cuerpo humano ante las nuevas tecnologías médicas. Hacia una redefinición del nacimiento y la muerte”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 68, octubre-diciembre, pp. 173-196.

Le Breton, David

- 1994 “Lo imaginario del cuerpo en la tecnociencia”, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 68, octubre-diciembre, pp. 197-210.

Núñez Rivas, Hilda Patricia

2007 “Las creencias sobre la obesidad de los estudiantes de la educación general básica”, *Educación*, vol. 31, núm. 1, pp. 154-164.

Parra Cabrera, Socorro *et al*

1999 “Modelos alternativos para el análisis epidemiológico de la obesidad como problema de salud pública”, *Revista Saúde Pública*, vol. 33, núm. 3, pp. 314-325.

Rodríguez Caro, Alejandro y Beatriz González López-Valcárcel

2009 “El trasfondo económico de las intervenciones sanitarias en la prevención de la obesidad”, *Revista Española de Salud Pública*, vol. 83, núm. 1, enero-febrero, pp. 25-41.

Trinidad Requena, Antonio, Virginia Carrero Planes

y Rosa María Soriano Miras

2006 *Teoría Fundamentada: “Grounded Theory”*. *La construcción de la teoría a través del análisis interpretacional*, col. “Cuadernos Metodológicos”, núm. 37, Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid.