Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://www.comsoc.udg.mx)

Estereotipos inciden en discriminación hacia personas con obesidad

Para evitar que prevalezcan estos comportamientos, investigador del CUCS sugiere psicoterapia y tratamiento integral para conocer los orígenes de estas conductas de acoso

Los estereotipos de belleza y las ideas distorsionadas son factores que pueden influir en el origen de sensaciones como repudio, pánico, aversión y acciones discriminatorias hacia personas que presentan obesidad y sobrepeso.

Esta conducta hacia personas obesas o con sobrepeso ha sido denominada como “gordofobia”, un término discriminatorio que no existe en las clasificaciones internacionales de salud, pero que se acerca a las características del trastorno dismórfico corporal, explicó el maestro Francisco Gutiérrez Rodríguez, psicólogo del Departamento de Psicología Básica, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS) de la UdeG. [1]

“Es un trastorno que se caracteriza por un estado de ansiedad latente hacia los aspectos de la imagen corporal como deformidades o complexión física, pero que no se debe a la preocupación de una persona en cuestión de peso, sino justamente a los problemas en la morfología corporal”, detalló.

Gutiérrez Rodríguez mencionó que existen varios factores que pueden influir en estos comportamientos, como los antecedentes familiares o la frecuencia con la que se resaltaban valores estereotipados en la sociedad, tales como la delgadez o la belleza física, además de las conductas alimentarias en cada familia.

“Tiene que ver con situaciones de la vida cotidiana que el sujeto enmascara con este tipo de conductas para desplazar otro tipo de problemas en su vida, que pueden ser alteraciones en sus relaciones interpersonales, experiencias no gratificantes o incluso ese miedo aprendido a verse de esta manera”, destacó.

Consideró que en la actualidad existe una mayor difusión de los modelos de la conducta alimentaria, con una tendencia hacia la búsqueda de estilos saludables, aunque esto también puede provocar la aparición de trastornos como la vigorexia o la ortorexia.

Para evitar que se acrecienten estos señalamientos discriminatorios recomendó la psicoterapia, que puede ser una alternativa para conocer los posibles orígenes de estas conductas de acoso o evitativas antes de que sean un problema de gravedad.

“Cada vez se van ampliando más porque pueden iniciar no identificando sus emociones o sus ideas irracionales y lo pueden ampliar a otro tipo de grupos vulnerables, que pueden ser ancianos, personas enfermas, niños, y cada vez se va teniendo más intolerancia social y con ello segregación en sus relaciones interpersonales”, alertó Gutiérrez Rodríguez.

Tratamiento integral y multidisciplinario

Dijo que estos comportamientos discriminatorios provocan que las víctimas presenten baja autoestima, problemas en sus relaciones interpersonales, ansiedad, trastornos alimenticios y, en casos más graves, idealización o tentativa suicida.

Para contrarrestar estas ideas, Gutiérrez Rodríguez mencionó que debe de existir un tratamiento integral y multidisciplinario para las personas con obesidad y sobrepeso, y de esta manera cambiar sus hábitos, esquemas de alimentación y rutinas hacia modelos saludables.

“Lo recomendable sería un proceso para adecuar la educación alimentaria para que el sujeto en su vida cotidiana sepa identificar cuáles son alimentos saludables y cuáles no, y resignificar a la comida como una situación para mantenerse saludable y vivo y no como una recompensa o gratificación por lo mucho que trabaje una persona”, dijo.

El doctor Omar Núñez Mosqueda, adscrito al Servicio de Medicina Interna del Hospital Civil Dr. Juan I. Menchaca, coincidió en que es necesario un tratamiento multidisciplinario, ya que la obesidad y el sobrepeso, además de ser blancos de actos discriminatorios, también son enfermedades.

“Hacemos hincapié en que es un estado insalubre o patológico más que un estado de imagen corporal o de apariencia física”, aseveró.

Mencionó que estas enfermedades pueden generar hasta otros 230 padecimientos como hipertensión arterial, diabetes tipo 2, problemas pulmonares, cardiacos y de articulaciones, así como cáncer.

Sin embargo, resaltó que la prevención es la mejor ruta para evitar estas enfermedades y sugirió a las personas revisiones periódicas en los servicios de salud, seguir las indicaciones nutricionales de especialistas y actividad física de manera constante.

Atentamente
“Piensa y Trabaja”
“2023, Año del fomento a la formación integral con una Red de Centros y Sistemas Multitemáticos”
Guadalajara, Jalisco, 11 de abril de 2023

Texto: Pablo Miranda Ramírez
Fotografía: Cortesía CUCS

Etiquetas:
Francisco Gutiérrez Rodríguez [2]

URL Fuente: https://www.comsoc.udg.mx/noticia/estereotipos-inciden-en-discriminacion-hacia-personas-con-obesidad

Links
[1] https://www.cucs.udg.mx/
[2] https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/francisco-gutierrez-rodriguez