

PARA QUE DECIDAN POR TI

ARCHIVO

MARTES, 21 de enero de 1992

TRIBUNA:

Hambrientas de perfección

LUIS ROJAS MARCOS | 21 ENE 1992

Archivado en: Bulimia Anorexia Opinión Trastornos alimenticios Feminismo Mujeres Movimientos sociales Enfermedades Especialidades médicas Medicina Salud Sociedad

En los países de Occidente, la gran mayoría de las mujeres están hoy obsesionadas con su peso. El afán de adelgazar en busca de la figura perfecta se ha convertido en una compulsión tan fuerte como una convicción religiosa. En nuestro tiempo, la gordura femenina se considera antiestética, mientras que el triunfo de la voluntad sobre impulsos naturales como el hambre representa una virtud. Por tanto, la delgadez ofrece a las mujeres una posibilidad única para exhibir públicamente que han logrado las dos metas, tanto la belleza como el autocontrol. Nunca se ha registrado un índice tan alto de mujeres que se sienten desgraciadas a causa de su físico, y en especial de su exceso de peso, sea real o imaginarlo. Según encuestas recientes, hasta un 75% de las jóvenes norteamericanas se ha sometido a dietas para adelgazar, a pesar de que sólo el 12% tiene un peso superior a la norma médica. Para muchas de estas jóvenes, perder peso es más importante que los estudios, que los triunfos en la profesión, e incluso que los éxitos amorosos. En muchos casos, el terror a la obesidad supera al miedo a la muerte.

Frente al esfuerzo infatigable de tantas mujeres por alcanzar la perfección corporal, la silueta juvenil, delgada y erótica, que celebra y glorifica la ecología urbana a través de los medios de comunicación de masas, la trágica y desalentadora realidad es que ese mítico ideal se encuentra fuera de los límites biológicos de la mayoría. En Estados Unidos, por ejemplo, apenas un 4% de las féminas tiene la posibilidad de aproximarse al físico idealizado por la cultura de Hollywood y de la avenida de Madison. A pesar de esta realidad, millones de mujeres se sienten fracasadas y hasta culpables por no satisfacer las expectativas del mundo que les rodea, como si reconocieran implícitamente que su cuerpo no les pertenece, que forma parte del dominio de la sociedad.

En los últimos años, gracias a los movimientos feministas, la mujer ha logrado penetrar en el reino exclusivo de los negocios, de las profesiones y del poder político, controlado tradicionalmente por el hombre. Paradójicamente, a medida que la población femenina se libera y va superando los obstáculos que la cultura ha interpuesto históricamente en su camino hacia la realización, los criterios sociales de belleza y perfección externa se hacen más exigentes e inalcanzables. Al mismo tiempo, las conductas compulsivas de las féminas, orientadas a lograr estos imperativos estéticos, son consideradas cada vez más narcisistas y patológicas.

En la última década se ha observado un aumento espectacular del índice de perturbaciones psicológicas de la alimentación y, de la imagen corporal, como la anorexia y la bulimia. La prevalencia de estas dolencias alcanza ya el 20% de la población femenina entre los 18 y 45 años de edad. El creciente interés entre los profesionales de la psiquiatría por estas anomalías típicas de nuestra época es claro en Norteamérica desde 1987, cuando la obsesión patológica con la fealdad y especialmente con la *obesidad imaginaria* fueron incluidas por vez primera en la clasificación oficial de enfermedades mentales.

La fobia a la gordura, o, mejor dicho, a la representación mental de la gordura, produce estados profundos de ansiedad y de depresión, aísla socialmente a la mujer, la incapacita, la hace inefectiva y la impulsa a sumergirse en conductas autodestructivas como dietas rigurosas, ejercicios exhaustivos, vómitos autoprovocados o el abuso de píldoras para adelgazar, de laxantes o de diuréticos. En su intento desesperado por dominar la naturaleza y encontrar la armonía vital, estas dolientes se vuelven esclavas del espejo y de la báscula, y clientas asiduas de especialistas de la nutrición, cirujanos plásticos o psicólogos conductistas. Estos son esfuerzos vanos, ya que la búsqueda de metas inaccesibles crea en definitiva ilusiones malignas que destruyen cualquier posibilidad de autoaceptación.

Aunque la causa exacta de estas alteraciones se desconoce, no hay duda de que la ecología urbana de hoy, competitiva y exigente, que alaba la juventud y devalúa la maternidad, configura y acentúa los ideales de perfección que nutren estos trastornos. Además, el valor de la apariencia es mayor en las metrópolis, donde la alta densidad de población facilita los encuentros múltiples, breves e impersonales, que realzan la importancia de las primeras impresiones. Los medios de comunicación, ingrediente vital de la urbe, fustigados por la poderosa *industria de la belleza*, ejercen una enorme influencia al definir, legitimar y propagar el modelo corporal de belleza, a la vez que perpetúan los estereotipos. Por ejemplo, cada día existe una dicotomía mayor entre la imagen que los medios de comunicación identifican como la figura *femenina, representada* por el prototipo idealizado de joven

delgada, activa e independiente, y la figura *de mujer*, madura, maternal y físicamente más cercana a la norma de la población general.

El impacto de los medios sobre estos valores sociales se aprecia, por ejemplo, en Rusia, donde al lado de los recientes ideales de libertad, reforma y apertura se ha importado el modelo occidental de belleza femenina, tan opuesto a las *matryoshkas* -la colección de muñecas redondeadas y materna les que encajan unas dentro de otras-, paradigmáticas del ama de casa del país. Especialmente en las grandes ciudades, sólo las féminas cuyo físico se acerca al ideal occidental acceden con facilidad a los escasos trabajos lucrativos.

No son pocas las feministas que ven en todos estos montajes una conspiración por parte de la sociedad y de las instituciones masculinas. Los hombres -argumentan-, consciente o inconscientemente, temen la capacidad y la libertad de la mujer y fomentan esta neurosis del culto al cuerpo, con el fin de erosionar el papel de las féminas en el mundo del poder. Como resultado, muchas mujeres pagan con su libertad el mito de la belleza.

En realidad, los hombres frecuentemente aceptan e incluso necesitan la imagen física ideal del sexo femenino al usarla no sólo como criterio para juzgar a las mujeres, sino incluso para realizarse ellos mismos si sus compañeras lucen las deseadas cualidades. En este sentido, la belleza femenina es como una especie de moneda en la economía de mercado y de consumo.

Evidentemente, para muchas féminas de hoy el atractivo de estar delgada es el único mensaje claro y coherente que reciben de la sociedad y, como consecuencia, el atributo más importante a que aspiran. El enorme desgaste y desperdicio de tanto talento femenino que supone esta cruzada fútil en busca de la perfección del cuerpo es comparable a una fuga masiva de cerebros de consecuencias devastadoras para la sociedad, y en particular para tantas mujeres que luchan por su realización. Después de todo, como se ha dicho, la dieta es el sedante sociopolítico más poderoso en la historia de la mujer.

psiquiatra, dirige el Sistema Hospitalario Municipal de Salud Mental de Nueva York.