



# EL ESTIGMA DE LA OBESIDAD

Si preguntamos a médicos, enfermeras y demás personal sanitario sobre las consecuencias que puede tener la obesidad sobre la salud, la consecuencia más frecuentemente olvidada suele ser la relacionada con la salud psicológica o mental.

Las investigaciones que se realizan sobre las consecuencias psicológicas de la obesidad aún están lejos de poder proporcionar datos tan claros como aquellos que existen sobre las consecuencias físicas.

Lamentablemente, la obesidad es una condición física enormemente estigmatizada por nuestra sociedad; de forma contradictoria, esta sociedad que culpa al obeso de su condición promueve unos estilos de vida que conducen hacia el sedentarismo y a la adopción de hábitos alimentarios poco saludables. Este estigma sobre la obesidad se extiende desde la primera infancia hasta la edad adulta, atravesando todos los estratos sociales; podríamos hablar de un estigma universal en nuestra cultura occidental.

Todos los niños consideraron los dibujos en los que aparecían niños obesos como los menos atractivos, superando en atractivo tan solo a los dibujos de niños amputados.

En los años sesenta del siglo pasado, unos investigadores (Richardson, Goodman, Hastorf y Dornbusch) realizaron un interesante trabajo sobre el estigma social de la obesidad. Estos autores emplearon como muestra a más de 600 niños de entre 10 y 11 años, de diferente estatus socioeconómico, raza, religión, sexo, lugar de residencia y estado físico, a los que pidieron que evaluaran 6 dibujos según su atractivo físico. Todos los niños consideraron los dibujos en los que aparecían niños obesos como los menos atractivos, superando en atractivo tan solo a los dibujos de niños amputados.

Más tarde, en los años ochenta, otros investigadores (Harris y Smith) observaron en una amplia muestra de adultos y niños que los no obesos eran valorados como preferibles para entablar una amistad, se percibían como



más felices, con más amigos, más elegantes, más atractivos, menos solitarios y menos tacaños, no habiendo diferencias entre sexo, grupo étnico o peso. Si pensamos que este estigma es ajeno a sectores más formados o familiarizados con estos casos, estamos desgraciadamente equivocados.

Este estigma se extiende hasta los sectores más formados de la población: la obesidad también es estigmatizada por estudiantes universitarios (Tiggermann y Rothblum, 1988) e incluso por los propios familiares de obesos (Kinson, loador y Miller, 1988).

Mención especial merece el trabajo de Young y Powell de 1985 en el que un grupo de psiquiatras, psicólogos clínicos y asistentes sociales evaluaron un mismo

caso clínico, que venía acompañado por la foto, bien de una mujer de peso normal, con sobrepeso leve o moderadamente obesa; estos profesionales de la salud evaluaron a las mujeres moderadamente obesas como más agitadas, con mayor conducta emocional, menos juiciosas, con higiene inadecuada, conducta inadecuada, conducta obsesivo-compulsiva, conducta auto lesiva, conducta estereotipada y peor funcionamiento psicológico general que las mujeres de sobrepeso leve y de peso normal.

Estos profesionales de la salud evaluaron a las mujeres moderadamente obesas como más agitadas, con mayor conducta emocional, menos juiciosas, con higiene inadecuada.

Con toda esta información sobre la mesa, es evidente que la obesidad es una condición médica enormemente estigmatizada por la sociedad, y que ese estigma se extiende hasta el mismo sector sanitario. Todos tenemos la responsabilidad de hacer una evaluación autocrítica de nuestra actitud hacia esta enfermedad, que no debería ser en caso alguno diferente a aquella actitud mantenida hacia otras condiciones médicas ampliamente extendidas en nuestra sociedad.

Con el objetivo de luchar contra los efectos de este estigma nace este espacio, en el que a lo largo de los próxi-

mos meses, podréis encontrar recomendaciones, trucos, consejos para poder vivir el día a día de una forma más satisfactoria y plena: autoestima, alimentación, hábitos vitales, estado de ánimo, ansiedad, crecimiento personal, y un largo etcétera.

Contacta en: [a.soler@cop.es](mailto:a.soler@cop.es)

